

El pozo más profundo

Sanar los efectos a largo plazo de las experiencias infantiles adversas

Burke Harris M.D., Nadine

Editorial: Editorial Eleftheria

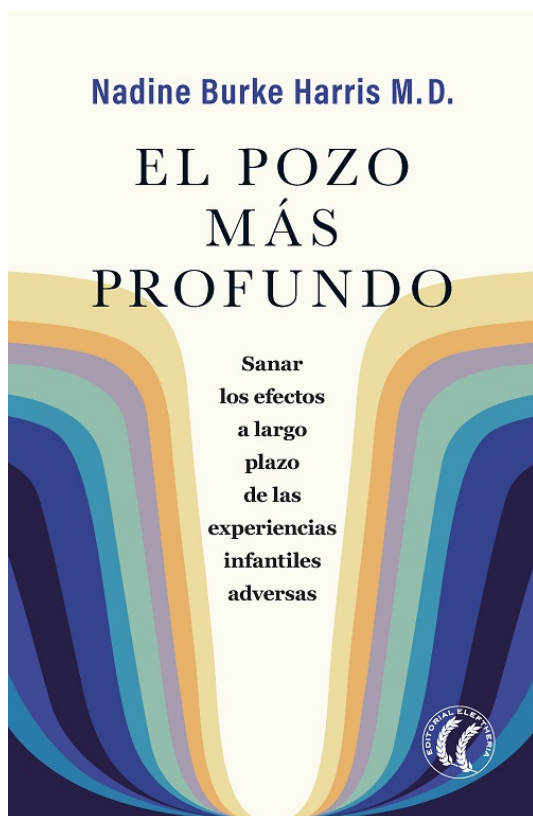
ISBN: 9788412267495

Páginas: 312

Dimensiones: 15,3 x 23 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 26,00 €



SINOPSIS

Descubre el Estudio ACE, el impacto del trauma y las experiencias adversas en la infancia, causantes del estrés tóxico y sus efectos reales en el cerebro en desarrollo.

Los niños llevan enfrentándose al trauma y al estrés en forma de maltrato, desatención, violencia y miedo desde tiempos inmemoriales. Los padres llevan casi el mismo tiempo sufriendo agresiones, accidentes, divorciándose... Quienes son lo bastante listos y fuertes logran dejar atrás el pasado y salir adelante a base de fuerza de voluntad y resiliencia... O no. Veinte años de investigación médica han demostrado que la adversidad en la niñez nos penetra literalmente la piel, y cambia a las personas en aspectos que pueden permanecer durante años en el organismo. Es capaz de desviar la trayectoria del desarrollo e influir en la fisiología. Puede provocar inflamación crónica y cambios hormonales de por vida. Es capaz de alterar la lectura del ADN y el modo en que se reproducen las células, y de aumentar enormemente el riesgo de enfermar.

Cuando la Dra. Nadine Burke Harris leyó el estudio ACE le cambió la vida. Los descubrimientos del estudio explicaban perfectamente su experiencia en la consulta donde visitaba niños y jóvenes que se habían enfrentado a gran adversidad desde una edad muy temprana.

Con este libro aprenderás en qué medida la adversidad en la niñez puede manifestarse en tu vida o en la de alguien cercano. Y, lo que es más importante, sabrás cuáles son las herramientas de sanación.