



Los secretos de la ansiedad

Domènec Luengo

Una obra reveladora sobre la ansiedad

En este libro, **Domènec Luengo** aborda de forma rigurosa los elementos implícitos en el trastorno de la ansiedad: las distorsiones cognitivas más comunes, el típico «miedo al miedo», la relación con el entorno, la repercusión de éste sobre la ansiedad propia..., a la vez que propone la manera más adecuada de solucionar esta problemática.

Fecha de publicación:
06/10/2015

Sello Editorial:
Ediciones Paidós

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es



Domènec Luengo

El doctor **Domènec Luengo** es psicólogo especialista en trastornos de ansiedad, investigador y *senior training* en la misma materia, autor de los libros *La letra con sangre no entra* (1989), *Vencer la ansiedad* (2003), *La ansiedad al descubierto* (2005) y *50 preguntas y respuestas para combatir la ansiedad* (2011), los tres últimos publicados por Paidós, además de contar con múltiples colaboraciones en medios radiofónicos, televisivos y artículos en revistas.