



Fecha de publicación:
31/05/2023

Sello Editorial:
Ediciones Paidós

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es

Criar con salud mental

María Velasco

La doctora María Velasco, la psiquiatra y psicoterapeuta especialista en niños y adolescentes más conocida dentro y fuera de las redes, nos propone un libro para ayudar a padres y madres a criar a sus hijos y a cuidar de su salud mental. Una crianza más sana y con sentido es posible.

La doctora María Velasco, la psiquiatra y psicoterapeuta especialista en niños y adolescentes más conocida dentro y fuera de las redes, nos propone un libro para ayudar a padres y madres a criar a sus hijos y a cuidar de su salud mental. Una crianza más sana y con sentido es posible.

La doctora María Velasco, la psiquiatra y psicoterapeuta especialista en niños y adolescentes más conocida dentro y fuera de las redes, nos propone un libro para ayudar a padres y madres a criar a sus hijos y a cuidar de su salud mental. Una crianza más sana y con sentido es posible.

En *Criar con salud mental*, la doctora María Velasco, experta en psiquiatría infantojuvenil, se ofrece a acompañarnos en la difícil y fascinante tarea de ser madres y padres y responde a varias preguntas: ¿Qué es ser padre y madre?, ¿qué es la infancia?, ¿qué es la crianza?, ¿qué necesidades emocionales tienen nuestros hijos?, ¿cómo lograr un buen apego?, ¿qué conflictos emocionales se nos activan con la maternidad y la paternidad?, ¿a qué dificultades se enfrentan los padres y madres de hoy?, ¿cómo lograr que nuestros hijos se conviertan en adultos mentalmente sanos y resilientes?, ¿es posible educar de forma serena?

Actualmente vivimos en una sociedad que no permite ni a los padres y madres ni a los hijos vivir una infancia y una adolescencia mentalmente sanas. La soledad y la falta de ayuda, así como las exigencias sociales son algunas de las causas de que los padres y las madres no puedan satisfacer las necesidades de los niños y los adolescentes. De hecho, muchas veces son las necesidades y exigencias de los adultos las que acaban invadiendo la infancia de los más pequeños de un modo pernicioso que no favorece que crezcan y se construyan como personas.

Una guía clara y esperanzadora para que los padres y madres actuales consigan interiorizar un tipo de crianza sana, ponerla en práctica y cuidar de su mayor regalo: el amor incondicional de los hijos.

María Velasco

María Velasco es licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad de Alcalá de Henares. Especialista en Psiquiatría, tiene un Máster en Psicoterapia Integradora, así como uno en Psicopatología y en Psicoterapia del Niño y del Adolescente.

En la actualidad es Psiquiatra Adjunto en el Hospital Universitario Ramón y Cajal, adjunto docente de MIR y PIR y tiene consulta privada en la que realiza psicoterapia individual, grupal, familiar, de pareja y terapia farmacológica.