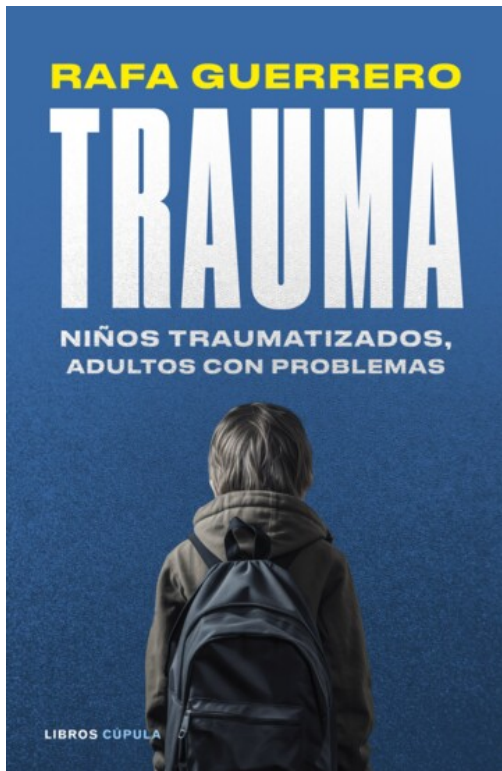




Trauma

Rafa Guerrero

Un libro imprescindible para comprender por qué los traumas de nuestra infancia nos siguen afectando si no han sido integrados en nuestro cerebro de manera sana, y cómo resolverlos.

Un libro imprescindible para comprender por qué los traumas de nuestra infancia nos siguen afectando si no han sido integrados en nuestro cerebro de manera sana, y cómo resolverlos.

Solemos pensar que el trauma es aquello que acontece a un porcentaje muy bajo de la población ante situaciones estresantes extremas como un desastre natural, un accidente aéreo o un maltrato físico severo. Sin embargo, hoy en día los expertos consideran el trauma la epidemia invisible de la infancia. Los traumas se pueden desarrollar en cualquier momento de nuestra vida, aunque la infancia es el momento más probable debido a la vulnerabilidad que la caracteriza. **Una situación estresante se convertirá en traumática si el adulto impide que el menor exprese las emociones que ha experimentado.** Además, frases como «no pasa nada» o «no hay que llorar por esa tontería» pueden hacer que la situación se convierta en traumática.

En este libro de Rafa Guerrero, psicoterapeuta especializado en trauma y apego, entenderemos qué es un trauma y qué podemos hacer para prevenirlo. Veremos que algunas situaciones normalizadas en nuestra sociedad como el castigo, los chantajes y el abandono emocional son potencialmente traumáticas en la infancia. Los profesionales de la salud tendemos a diagnosticar de TDAH, depresión o trastorno negativista desafiante a quien realmente está traumatizado por abuso sexual, maltrato, acoso escolar o abandono emocional. En este libro, el prestigioso psicoterapeuta **describe los síntomas más frecuentes del trauma, las distintas formas de maltrato en la infancia, cómo es un cerebro traumatizado y nos da unas pautas sencillas para prevenir el trauma en niños y adolescentes.** Además, todos los capítulos tienen como protagonistas a pacientes que han pasado por su consulta para entender mejor cómo afecta nuestra infancia a la etapa adulta.

Fecha de publicación:
15/05/2024

Sello Editorial:
Libros Cúpula

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 934928633

Email: pcordon@planeta.es

Nombre: Ester Torras

Teléfono: 934928895

Email: etorras@planeta.es



Rafa Guerrero

Rafa Guerrero es psicoterapeuta, doctor en Educación y uno de los principales referentes en España en desarrollo emocional, neuroeducación y acompañamiento psicológico en la infancia y la adolescencia. Licenciado en Psicología Clínica y de la Salud por la Universidad Complutense de Madrid, se ha especializado en Psicología Educativa, TDAH, trastornos del aprendizaje, problemas de conducta y trauma, con formación en intervención mediante EMDR, especialmente en población infanto-juvenil, así como en adicciones tecnológicas.

Paralelamente, Rafa Guerrero ha desarrollado una sólida carrera como autor y divulgador. Es un prolífico escritor de obras centradas en la educación emocional, el desarrollo cerebral y el vínculo, entre las que destacan *El cerebro infantil y adolescente*, *Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad*, *Educación emocional y apego*, *Trauma* y su último título, *Adictos a las pantallas*, todos ellos publicados con Libros Cúpula. Sus libros, dirigidos tanto a familias como a profesionales, combinan el rigor científico con un enfoque práctico y accesible, consolidándolo como una voz clave en la divulgación psicológica. Además, colabora con medios de comunicación y participa activamente en conferencias y proyectos formativos.

Su trayectoria se completa con una intensa labor docente en distintas universidades, como la Complutense, la Rey Juan Carlos y el Centro Universitario Cardenal Cisneros.

www.rafaquerrero.com

Instagram @rafaquerreropsicologo