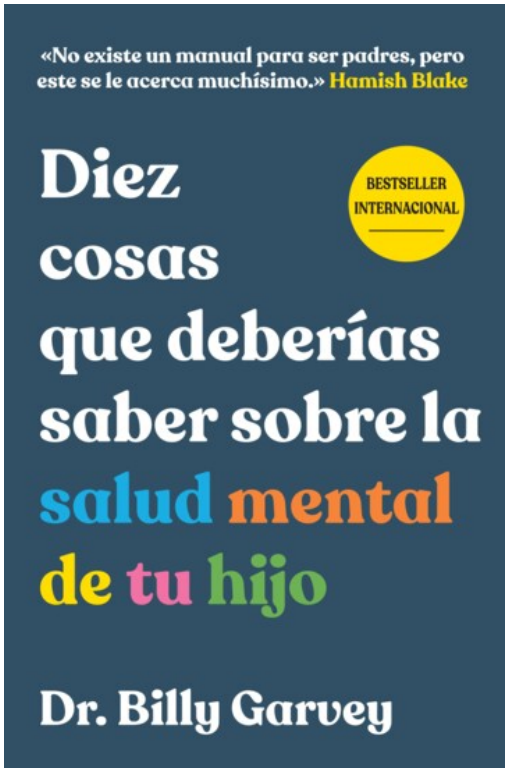

Fecha de publicación:
17/02/2027

Sello Editorial:
GeoPlaneta

Contacto de prensa

Nombre: Lola Escudero

Telefóno: 619 212 722

Email: lescudero@planeta.es

Diez cosas que deberías saber sobre la salud mental de tu hijo

Billy Garvey

Un manual para aprender a comprender y a proteger la salud mental de tus hijos desde la primera infancia hasta la adolescencia.

Un manual para aprender a comprender y a proteger la salud mental de tus hijos desde la primera infancia hasta la adolescencia.

Todos los padres quieren ayudar a sus hijos a crecer seguros, felices y capaces de afrontar las dificultades de la vida. Pero no siempre es fácil saber qué hacer cuando aparecen las rabietas, la ansiedad, los problemas de autoestima, el aislamiento o una conducta que no conseguimos comprender.

Después de más de veinte años trabajando con niños, adolescentes y familias, el pediatra Billy Garvey ha aprendido una idea esencial: **detrás de toda conducta hay una razón**.

En este libro explica, con claridad y sin culpabilizar, las diez cosas que todos los padres deberían saber sobre la salud mental de sus hijos. A través de casos reales, evidencia científica y estrategias prácticas, muestra cómo reconocer las señales de que algo no va bien, acompañar las emociones difíciles, fortalecer la autoestima, mejorar la relación con nuestros hijos y saber cuándo es necesario pedir ayuda.

Porque cuidar la salud mental no empieza cuando aparece un diagnóstico. Empieza mucho antes: en la manera en que escuchamos, respondemos, ponemos límites y ayudamos a nuestros hijos a entender lo que sienten.

Una guía cercana, rigurosa y práctica para comprender mejor a niños y adolescentes y darles las herramientas emocionales que necesitarán toda la vida.

Billy Garvey

El doctor Billy Garvey es pediatra del desarrollo y lleva más de veinte años tratando a niños. Es especialista sénior en uno de los hospitales pediátricos de alta complejidad más grandes del mundo, donde atiende a familias, forma a médicos y otros profesionales que trabajan con niños e investiga sobre desarrollo infantil y salud mental. Garvey es el fundador de Guiding Growing Minds [Guiar las mentes en crecimiento], una empresa social cuyo objetivo consiste en brindar a todos los niños la oportunidad de desarrollar su potencial y tener una vida rica y plena. Su pódcast *Pop Culture Parenting* [La crianza en la cultura popular] forma parte de esta filosofía.