



**BIBLIOGRAFIA
SALUT MENTAL
2021**

Guia bibliogràfica que recull documents al voltant de la
salut mental publicats entre 2015 i 2021. Tots els títols
es troben a les biblioteques de l'Hospitalet.

SALUT MENTAL

Atención, memoria y motricidad : tareas motrices de estimulación cognitiva para personas mayores. Badalona : Paidotribo, 2015. ISBN 9788499104980.

Ausín, Berta. **Guía práctica de detección de problemas de salud mental.** Madrid : Pirámide, 2018. ISBN 9788436838923.

Kandel, Eric R. **La nueva biología de la mente : qué nos dicen los trastornos cerebrales sobre nosotros mismos.** Barcelona : Paidós, marzo de 2019. ISBN 9788449335655.

Lojo Seoane, Cristina. **Programa de entrenamiento para envejecer activamente.** Madrid : Editorial CCS, [2018]. ISBN 9788490236178.

Ramos Montes, Josep. **Ética y salud mental.** Barcelona : Herder, 2018. ISBN 9788425438462.

Whitaker, Robert. **Anatomía de una epidemia : medicamentos psiquiátricos y el asombroso aumento de las enfermedades mentales.** Madrid : Capitán Swing, DL 2015. ISBN 9788494381676.

TRASTORNS DE LA CONDUCTA ALIMENTÀRIA

Fairburn, Christopher G. *La superación de los atracones de comida : cómo recuperar el control.* Barcelona [etc.] : Paidós, 2017. ISBN 9788449333521.

Knightsmith, Pooky. *Trastornos de alimentación y autolesiones en la escuela : estrategias de apoyo en el medio escolar.* Bilbao : Desclée De Brouwer, 2016. ISBN 9788433028471.

Nardone, Giorgio. *La anorexia juvenil : una terapia eficaz y eficiente para los trastornos alimentarios.* Barcelona : Herder, cop. 2018. ISBN 9788425442032.

Roura, Núria. *Aprende a vivir, aprende a comer : transforma tu vida, tu salud y tu relación con la comida.* Barcelona : Zenith/Planeta, 2017. ISBN 9788408175483.

Serra, Marga. *Trastornos del comportamiento alimentario : enfoques preventivos.* Barcelona : UOC, 2015. ISBN 9788490642245.

Serra, Marga. *Els trastorns de la conducta alimentària.* Barcelona : UOC, 2015. ISBN 9788490643082.

Sevillá, Juan. *Tratamiento psicológico de los trastornos de alimentación : manual de autoayuda paso a paso.* Madrid : Ediciones Pirámide, [2019]. ISBN 9788436840995.

Soler Codina, Blanca. *Carn nua.* Manresa : Parcir Edicions Selectes, març de 2021. ISBN 9788486538972.

ADDICCIONS

Abuso de Internet : ¿antesala para la adicción al juego de azar online? Madrid : Fundación Codere : Pirámide, cop. 2016. ISBN 9788436835816.

Adicción a las nuevas tecnologías : ¿la epidemia del s. XXI? [Barcelona] : Siglantana, DL 2015. ISBN 9788415227731.

Ballester Arnal, Rafael. *Adicción al cibersexo : teoría, evaluación y tratamiento.* Madrid : Alianza Editorial, [2020]. ISBN 9788413620459.

Bazako Goiburu, Enrique. *Las drogas : un viaje de ida y vuelta.* Sitges, España : Editorial Eleftheria, octubre de 2019. ISBN 9788412067125.

Becoña Iglesias, Elisardo. *Trastornos adictivos.* Madrid : Síntesis, DL 2016. ISBN 9788490772621.

Fundamentos de prevención de adicciones. Madrid [etc.] : EDAF, [2015]. ISBN 9788441435230.

Intervenciones efectivas en prevención familiar de drogas. Barcelona : Octaedro, 2018.
ISBN 9788417667054.

Kardaras, Nicholas. *Niños pantalla : cómo la adicción a las pantallas está secuestrando a nuestros hijos y cómo romper ese hipnotismo.* Barcelona : Ediciones Omega BCN, [2019].
ISBN 9788497991698.

Levy, David M. *Mindfulness digital : cómo aportar equilibrio a nuestras vidas digitales.* Barcelona : Plataforma, 2016. ISBN 9788416820382.

Masip, Marc. *Desconecta : la dieta digital para superar la adicción al móvil y hacer un uso adecuado de las nuevas tecnologías.* Barcelona : Cúpula, 2018 ISBN 9788448024833.

Pérez del Río, Fernando. *Drogodependencias y sexualidad.* Madrid : Biblioteca Nueva ; Burgos : Universidad de Burgos, cop. 2016. ISBN 9788416647125.

ALZHEIMER I DEMÈNCIA

Acarín Tusell, Nolasc. *Alzheimer : envejecimiento y demencia*. Barcelona : RBA, 2017. ISBN 9788490567869.

Ávila, Jesús. *La demencia*. Madrid : CSIC : Los Libros de la Catarata, 2016. ISBN 9788490971215.

Enfermedad de Alzheimer y otras demencias neurodegenerativas : aspectos psicosociales. Barcelona : Elsevier, DL 2017. ISBN 9788491131434.

Folch, Jaume. *El naufragi dels records : què hi ha darrere de les malalties com l'Alzheimer?* Barcelona : Universitat de Barcelona, 2018. ISBN 9788491680604.

Guía práctica de terapias estimulativas en el Alzheimer. Madrid : Síntesis, DL 2015. ISBN 9788490770849.

Hernández-Lahoz, Carlos. *Alzheimer : guía práctica para conocer, comprender y convivir con la enfermedad*. [Oviedo] : Nobel, DL 2016. ISBN 9788484597308.

Jebelli, Joseph. *En pos de la memoria : la lucha contra el Alzheimer*. Vilassar de Dalt : Biblioteca Buridán, DL 2018. ISBN 9788416995950.

Martín Carrasco, Manuel. *El Alzheimer : guía para entender y convivir con la enfermedad*. Barcelona : Amat Editorial, noviembre 2019. ISBN 9788497357722.

Moratilla Pérez, Iván. *Demencia : ¿estamos preparados?* Madrid : Síntesis, 2016. ISBN 9788490772614.

Rousseau, Thierry. *Comunicarse con un Alzheimer próximo : entenderlo, no sentirse culpable, mantener un vínculo*. Barcelona : Medici, DL 2015. ISBN 9788497991490.

Sánchez-Izquierdo Alonso, Macarena. *El cuidado de personas mayores con demencia*. Madrid : Universidad Pontificia Comillas, cop. 2015. ISBN 9788484685951.

Stahl, Stephen M. *Enfermedad de Alzheimer y otras demencias*. Madrid : Aulamédica, [2020]. ISBN 9788478856688.

ANSIETAT

Almada, Ariel Andrés. *Les ales de la papallona*. Barcelona : Comanegra, 2015. ISBN 9788416033553.

Andreoli, Stefania. *¿Qué me está pasando? : cómo combatir la ansiedad de nuestros hijos en un mundo cada vez más estresante*. Barcelona : Grijalbo, 2017. ISBN 9788416449873.

Bados López, Arturo. *Trastorno de ansiedad generalizada : guía para el terapeuta*. Madrid : Síntesis, 2015. ISBN 9788490770979.

Bulbena Vilarrasa, Antonio. *Ansiedad : una inmersión rápida*. Barcelona : Tibidabo Ediciones, febrero 2021. ISBN 9788413478241.

Cases, Ferran. *Bye bye ansiedad : el método rápido y eficaz para vivir tranquilo*. ISBN 9788441440050.

Díaz, Paula. *Supera tu ansiedad : aprende a gestionar con éxito el estrés*. Madrid : Oberon, cop. 2019. ISBN 9788441540682.

Gallart, Salvador. *L'ansietat : la companya incòmoda, l'amiga necessària*. Lleida : Pagès Editors, 2019. ISBN 9788413031019.

Luengo, Domènec. ***Los secretos de la ansiedad.*** Barcelona [etc.] : Paidós, 2015. ISBN 9788449331596.

Millet, Eva. ***Niños, adolescentes y ansiedad : ¿un asunto de los hijos o de los padres?*** Barcelona : Plataforma Editorial, octubre de 2019. ISBN 9788417622954.

Moreno, Pedro. ***Ansiedad crónica : una guía para pacientes (e impacientes).*** Bilbao : Desclée de Brouwer, [2020]. ISBN 9788433030986.

Muller-Colard, Marion. ***La intranquil·litat.*** Barcelona : Fragmenta Editorial, febrer del 2020. ISBN 9788417796235.

Roca-Ferrer, Xavier. ***El mono ansioso : biografía de la angustia, la melancolía, el hastío y la depresión.*** Barcelona : Arpa, diciembre de 2019. ISBN 9788417623340.

Zararri, Gio. ***El fin de la ansiedad.*** Barcelona : Vergara, junio de 2019. ISBN 9788417664336.

Zararri, Gio. ***Respuestas a tu ansiedad : todo lo que necesitas para superar la ansiedad y el miedo.*** Barcelona : Vergara, marzo de 2021. ISBN 9788418045622.

DEPRESSIÓ

Depresiones bipolares y unipolares : qué hacer en los pacientes que no responden suficientemente a los tratamientos habituales. Buenos Aires, Madrid : Editorial Médica Panamericana, [2019]. ISBN 9788491104513.

Han, Byung-Chul. *La societat del cansament.* Barcelona : Herder, cop. 2015. ISBN 9788425436758.

Han, Byung-Chul. *La societat pal·liativa.* Barcelona : Herder, [2021]. ISBN 9788425446344.

Segal, Zindel. *MBCT Terapia cognitiva basada en el mindfulness para la depresión.* Barcelona [etc.] : Kairós, 2017. ISBN 9788499885674.

Vázquez González, Fernando Lino. *Guía de intervención de la depresión.* Madrid : Editorial Síntesis, [2019]. ISBN 9788491713845.

ESTRÈS

Alidina, Shamash. *Vencer el estrés con mindfulness : programa de ocho semanas para fomentar la salud, la felicidad y el bienestar.* Barcelona [etc.] : Paidós, 2015. ISBN 9788449331404.

Amar, Patrick. *¡Basta ya de... estresar(me)! : 21 días para cambiar.* Barcelona : Medici, 2015. ISBN 9788497991469.

Controla el estrés en el trabajo. Barcelona [etc.] : Reverté, cop. 2016. ISBN 9788494562914.

Davis, Martha. *Cuaderno antiestrés : ejercicios para calmar el cuerpo y la mente y acabar con el estrés del día a día.* Barcelona : Kitsune Books, febrero de 2020. ISBN 9788416788378.

Esteras, Jesús. *El síndrome de burnout en los docentes.* Madrid : Pirámide, cop. 2018. ISBN 9788436839067.

Haig, Matt. *Apuntes sobre un planeta estresado : un testimonio acerca de los perjuicios de vivir hiperconectados.* Barcelona : Ediciones Destino, septiembre de 2019. ISBN 9788423355976.

Kabat-Zinn, Jon. *Vivir con plenitud las crisis : cómo utilizar la sabiduría del cuerpo y de la mente para afrontar el estrés, el dolor y la enfermedad.* Barcelona : Kairós, 2016. ISBN 9788499884905.

Patte-Wilbert, Pascale. *Dominar el estrés.* Rubí : Ediciones Obelisco, noviembre de 2019. ISBN 9788491115168.

Rosling, Hans. *Factfulness : el món va millor del que et penses : deu raons que fan que no el vegis tal com és.* Barcelona : La Campana, 2018. ISBN 9788416863488.

Toro, Josep. *Estrés, maltrato infantil y psicopatología.* Madrid : Ediciones Pirámide, [2021]. ISBN 9788436844306.

Torres, Xavier. *Comprender el estrés.* Barcelona : Amat, 2015. ISBN 9788497357760.

Torres, Xavier. *El estrés : cómo detectarlo y controlarlo para mejorar la salud.* Barcelona : Amat editorial, julio 2019. ISBN 9788497354783.

Valdés Miyar, Manuel. *El estrés : desde la biología hasta la clínica.* [Sant Cugat del Vallès] [etc.] : Siglantana [etc.], cop. 2016. ISBN 9788494340871.

Vidal Lacosta, Víctor. *El estrés laboral : análisis y prevención.* [Zaragoza] : Prensas de la Universidad de Zaragoza, 2019. ISBN 9788417633943.

POR

Cuervo, Jorge. ***Qué hacer con tus miedos : convierte el miedo en tu aliado.*** Barcelona [etc.] : Libros de Cabecera, 2015. ISBN 9788494374203.

Domènech, Montse. ***La vacuna contra la por : mètode per vèncer les pors infantils.*** Barcelona : Rosa dels Vents, 2016. ISBN 9788415961987.

Gutiérrez Lestón, Cristina. ***Créixer amb valentia : un llibre que ajudarà els teus fills a conquerir les seves pors i desenvolupar el seu potencial.*** Barcelona : Rosa dels Vents, gener de 2020. ISBN 9788417909208.

Martínez, Maribel. ***Niños sin miedos : estrategias para ayudar a tu hijo a ser un adulto sin pánico.*** Barcelona : Tibidabo, 2015. ISBN 9788491170495.

Nardone, Giorgio. ***Miedo, pánico, fobias : la terapia breve.*** Barcelona : Herder, 2019. ISBN 9788425444029.

Nardone, Giorgio. ***La terapia de los ataques de pánico : libres para siempre del miedo patológico.*** Barcelona : Herder, cop. 2016. ISBN 9788425439087.

Recasens, Janet. ***El fantasma de la por : com ajudar els infants a superar les seves pors.*** Barcelona : Publicacions de l'Abadia de Montserrat, setembre de 2019. ISBN 9788491910633.

TRASTORN PER DÈFICIT D'ATENCIÓ AMB HIPERACTIVITAT

Benedet, María Jesús. *El TDAH no es una condición negativa : la causa de tan elevado porcentaje de diagnósticos erróneos : acercamiento desde la neurociencia cognitiva.* Madrid : CEPE, DL 2017. ISBN 9788478696789.

Fedeli, Daniele. *Trastorno por déficit de atención e hiperactividad.* Madrid : Popular, 2015. ISBN 9788478846436.

Garrido Landívar, Emilio. *500 preguntas y respuestas sobre la hiperactividad (TDAH).* [Pamplona] : Eunate, cop. 2017. ISBN 9788477683107.

ALTRES TRASTORNS MENTALS

Echeburúa, Enrique. *Violencia y trastornos mentales : una relación compleja*. Madrid : Pirámide, DL 2018. ISBN 9788436839654.

Junger, Sebastian. *Tribu : sobre la vuelta a casa y pertenencia*. Madrid : Capitán Swing, DL 2016. ISBN 9788494645303.

Parés, Mireia. *Relats per entendre, els trastorns mentals*. Vilanova i la Geltrú : El Cep i la Nansa, 2017. ISBN 9788417000233.

Van der Kolk, Bessel A. *El cuerpo lleva la cuenta : cerebro, mente y cuerpo en la superación del trauma*. Barcelona : Eleftheria, 2015. ISBN 9788494408403.

Vivir con el trastorno límite de la personalidad : una guía clínica para pacientes. Bilbao : Desclée de Brouwer, cop. 2017. ISBN 9788433029355.

Winston, Sally M. *Guía para superar los pensamientos atemorizantes, obsesivos o inquietantes : libérate de los pensamientos negativos con la terapia cognitivo conductual (CBT)*. Málaga : Editorial Sirio, [2019]. ISBN 9788417399115.

FICCIÓ

NOVEL·LA

Carrère, Emmanuel. *Yoga*. Barcelona : Anagrama, febrero 2021. ISBN 9788433980847.

Emezi, Akwaeke. *Aigua dolça*. Barcelona : Edicions del Periscopi, febrer del 2020. ISBN 9788417339326.

Martínez, Gabi. *Las defensas*. Barcelona : Seix Barral, 2017. ISBN 9788432229916.

Villalonga, Anna Maria. *Els dits dels arbres*. Alzira : Bromera, gener 2020. ISBN 9788490263846.

NOVEL·LA PER JOVES

Esteban, Beatriz. *Seré frágil : una historia de anorexia en la que me decidí a vivir*. Barcelona: Planeta, 2017. ISBN 9788408165156.

Shusterman, Neal. *El abismo*. Madrid : Anaya, 2017. ISBN 9788469833735.

Thompson, Lisa. *L'imprevist cas del noi a la peixera*. Barcelona : Fanbooks, 2017. ISBN 9788416716371.

FICCIÓ

CÒMIC

Anno, Moyoco. **Gorda.** [Rasquera] : Ponent Mon, [2017]. ISBN 9781910856796.

García Iglesias, Manuel A. **La batalla de esquizo.** Madrid (España) : Nuevo Nueve : Fundación Divina Pastora, octubre 2019. ISBN 9788417989095.

Lubie, Lou. **Cara o cruz : conviviendo con un trastorno mental.** Barcelona : Norma, 2018. ISBN 9788467932164.

Ruiz Garzón, Ricard. **Las voces y el laberinto.** Barcelona : Sapristi, 2018. ISBN 9788494506383.

Wagner, Céline. **La traición de lo real : Unica Zürn, retrato de una esquizofrènia.** [Rasquera] : Ponent Mon, [2020]. ISBN 9788417318727.

FICCIÓ

FICCIÓ INFANTIL

Alloway, Tracy Packiam. *L'Aina i el problema del pati : un llibre sobre l'ansietat*. Barcelona : Cruïlla, maig de 2020. ISBN 9788466148474.

Alloway, Tracy Packiam. *La Laia i el misteri de la classe : un llibre sobre el TDAH*. Barcelona : Cruïlla, maig de 2020. ISBN 9788466148504.

Altés, Marta. *El meu avi*. Barcelona : Blackie Books, 2018. ISBN 9788417059682.

Bassas, Àngels. *La maleta de la memòria*. Barcelona : Cruïlla, juny de 2019. ISBN 9788466146272.

Butchart, Pamela. *Cabòries al vent*. Barcelona : Baula, octubre del 2020. ISBN 9788447942145.

Cela, Jaume. *Àvia, ja sé que has oblidat el meu nom*. Barcelona : Animallibres, 2017. ISBN 9788416844180.

Gauthier, Séverine. ***El pavoroso miedo de Epifanía Susto.*** Barcelona : Norma, 2017. ISBN 9788467928631.

Gonzalo, Mónica. ***Dani contra la por.*** Barcelona : Editorial Sentir, 2019. ISBN 9788426726681.

Jiménez Moreno, Félix. ***Començà per A.*** [Barcelona] : Baula, març de 2020. ISBN 9788447941902.

Julia Satorra, Marta. ***L'illa dels records.*** Algemesí : Andana Llibres SL, novembre, 2018. ISBN 9788417497187.

Pinedo, Txema. ***La cançó de la Bruna.*** Madrid : Jaguar, 2018. ISBN 9788417272074.

Rovira, Roser. ***Ralef, ralef.*** [Barcelona] : El Cep i la Nansa, juny de 2020. ISBN 9788417756741.

Val, Elena. ***Núvols al cap.*** Barcelona : Akiara Books, març del 2020. ISBN 9788417440572.

www.bibliotequeslh.cat

@bibliotequeslh

