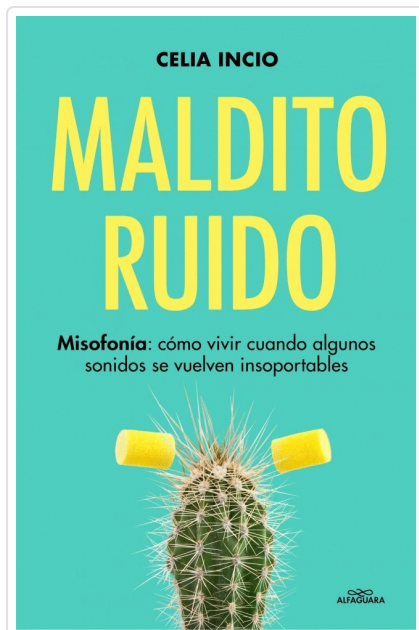


MALDITO RUIDO



Celia Incio (@Celia_misofonia)

SINOPSIS

Querido "tiquismiquis de los sonidos", no estás solo. Sí, el mundo es ruidoso, pero este libro te ayudará a que tu calma no dependa del silencio. ¿No soportas cómo respira la persona sentada a tu lado en el tren? ¿Has discutido alguna vez con tu pareja por el insoportable ruido que hace al masticar? ¿Te desborda el sonido de los pasos del vecino, un golpe repetido o ese ruido constante que nadie más parece notar? Si algo de esto te resulta familiar, o si puedes sentir la ira, la tensión o la urgencia de escapar ante un sonido concreto que a los demás les resulta inofensivo, pero que a ti te paraliza y te arruina el ánimo, el día y la vida..., déjame aclararte que no eres una "persona quejica", simplemente sufres misofonía.

Durante años, esta sensibilidad auditiva ha sido a menudo malinterpretada y confundida con manías, TOC, trastornos de ansiedad o incluso histerismo, pero ¿qué es exactamente y cómo se puede vivir con esta condición? Adéntrate en esta búsqueda de la mano de Celia Incio, psicóloga experta en misofonía, que te mostrará que para sanar no es necesario silenciar el mundo....



Editorial	ALFAGUARA
Materia	[VFJB9] HACER FRENTE / ASESORARSE SOBRE LAS ENFERMEDADES O AFECCIONES CRÓNICAS O DE LARGA DURACIÓN
EAN	9791387741525
Status	Novedad. Próxima aparición
Páginas	304
Tamaño	150x230x0 mm.
Peso	40
Precio (Imp. inc.)	19,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	14/05/2026