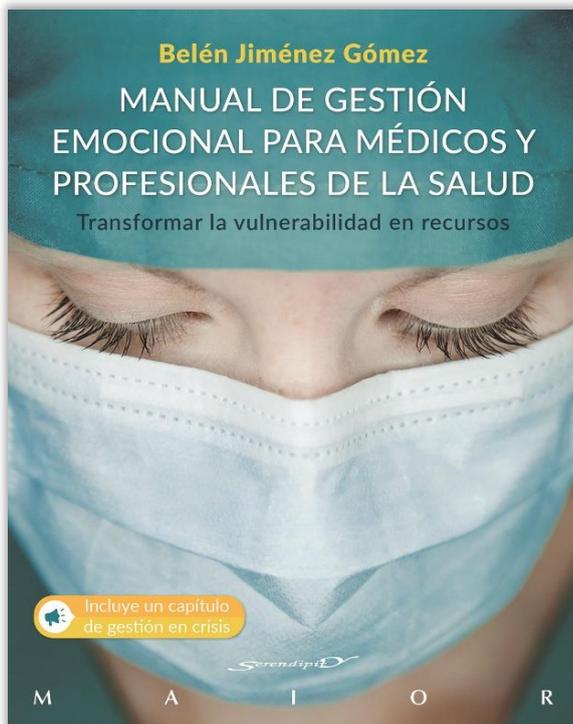


## DOSIER DE PRENSA

---



## Manual de gestión emocional para médicos y profesionales de la salud

Belén Jiménez Gómez

Transformar la vulnerabilidad en recursos

---

Encuadernación:	rústica con solapas
Formato:	23 x 17cm
Pág.:	224
PVP:	14€
ISBN:	9788433031044
Idioma:	español
Colección:	Serendipity Maior

## SINOPSIS

---

Este libro nace de las dos perspectivas como médico experimentadas por la autora. Por un lado, como psiquiatra y psicoterapeuta que atiende en consulta a pacientes que le comparten vivencias incómodas o frustrantes ocurridas en contextos médicos. Y, por otro, como médico que en primera persona ha vivido la dificultad para manejar las emociones y comunicarse eficazmente en su ejercicio profesional. Ha sido protagonista y testigo de las consecuencias deshumanizadoras, tanto en médicos como en pacientes, de esta carencia de habilidades psicológicas.

Tras muchos años de formación y práctica terapéutica, la autora reúne una serie de técnicas que facilitan lidiar con la exposición tan íntima, y en ocasiones dolorosa, que se produce en la asistencia sanitaria. Presenta el marco teórico del que surgen y explicaciones psicológicas y neurocientíficas sobre la interacción en consulta, propone ejercicios prácticos de aprendizaje y relata experiencias propias y de sus pacientes junto a reflexiones sobre su profesión.

Las teorías, explicadas de forma sencilla, y los ejercicios propuestos hacen de esta una obra válida no solo para los médicos, sino para todos los profesionales de la salud y de la ayuda, que están de igual manera expuestos a las mismas necesidades en su ejercicio profesional. Y, por último, también el público general puede beneficiarse del aprendizaje de estas herramientas para su propia gestión emocional.

## LA AUTORA

---

Belén Jiménez Gómez es Licenciada en medicina y cirugía, especialista en psiquiatría. Se ha formado, entre otros enfoques, en psicoterapia humanista integrativa, psicoterapia familiar sistémica, psicoterapia grupal, mindfulness, compasión, psicoterapia sensoriomotriz y *somatic experiencing*. Tras años de trabajo en el sistema nacional de salud (en centros de salud mental y unidades de hospitalización psiquiátrica), ejerce en consulta privada, compatibilizando la labor asistencial con la docencia en talleres de psicoterapia para médicos y psicólogos.



## FRASES RELEVANTES DEL LIBRO

---

- «El libro fue concebido como manual preventivo y terapéutico en el contexto habitual de la asistencia sanitaria, que de por sí trae situaciones agudas de emergencia emocional, pero no al nivel extremo que supuso una crisis como la pandemia del Covid-19».
- «En consulta yo he retirado mi mesa, la bata hace muchos años, para poder estar más receptiva a la experiencia del paciente desde mi propia exposición sin barreras. Veo más, y me ven más».
- «Los médicos no somos máquinas expendedoras de diagnósticos y recetas, somos personas vivas, reactivas, impresionables y sufrientes que nos formamos para ayudar en el proceso de curación de enfermedades».
- «La forma en la que nos expresamos tiene mucho peso en cómo recibimos el mensaje, por lo que merece la pena que cuidemos qué decimos y cómo lo decimos, fomentando así un ambiente de acogimiento mutuo que nos permita verdaderamente encontrarnos».
- «Es importante que observemos las reacciones de los pacientes, lo que yo llamo escuchar con los ojos porque nos va a dar mucha información de su vivencia y de si necesita algo para poder seguir».



- «A lo largo de todo el libro recalco la necesidad de dedicarnos un espacio de autocuidado y de aprendizaje emocional y comunicacional, paralelo a toda nuestra sabiduría teórica, porque el impacto es inherente al ejercicio de nuestra profesión».
- «Nuestra vulnerabilidad cuando la descubrimos, atendemos y cuidamos nos hace poderosos porque estamos alineados en la fortaleza que genera la coherencia de quienes somos. Desde mi dolor me va a ser más fácil entender y acompañarte en el tuyo».
- «No solo no se nos permite ser humanos, entre nosotros los médicos también así lo proclamamos y creemos que es la forma correcta del ejercicio de la medicina cuando es justo lo contrario. Nuestra vulnerabilidad es lo que nos da el poder para vincularnos con los pacientes y familiares y compartir la profundidad del encuentro en la consulta».
- «No serán eficaces los esfuerzos de cuidados, defensa y protección de los pacientes si no se implementan de forma paralela la formación y capacitación de los profesionales, con la misma mirada empática y respetuosa para ellos».

---

Para concertar una entrevista con la autora, no dudes en contactar. ¡Que disfrutes de la lectura!

Bibiana Ripol - 93 368 84 66 - 607 71 24 08 - [bibiana@ripol.es](mailto:bibiana@ripol.es)

Gerard Lombarte - 652 40 90 15 - [comunicacion@ripol.es](mailto:comunicacion@ripol.es)

