

Perdere e mantenere il peso con il tuo diabetologo

Un programma cognitivo comportamentale per la gestione dell'obesità associata al diabete

“Perdere e mantenere il peso con il tuo diabetologo” è un manuale scritto per le persone affette da diabete o prediabete che necessitano di perdere peso seguendo un programma scientifico di modificazione dello stile di vita. Il manuale è un “distillato” delle procedure e strategie della terapia cognitivo comportamentale dell'obesità applicata nei maggiori centri clinici e di ricerca. Il programma è composto da cinque passi preceduti da una fase di preparazione finalizzata a valutare le indicazioni e le motivazioni alla perdita di peso. I primi tre passi sono stati ideati per raggiungere la perdita di peso, il quarto per favorire l'accettazione al mantenimento del peso (condizione essenziale per impegnarsi a mantenere il peso), il quinto per affrontare gli ostacoli al mantenimento del peso. Ogni passo introduce specifiche procedure e strategie per favorire l'acquisizione delle abilità necessarie per controllare il peso a lungo termine. “Perdere peso con il tuo diabetologo” è strutturato per essere usato con la guida di un medico esperto nella gestione del diabete o di un terapeuta che opera nei centri diabetologici. L'efficacia di questa forma d'intervento, chiamata auto-aiuto guidato, è stata dimostrata da una ricerca controllata eseguita in Italia.

Dettagli tecnici

ISBN 88-8429-051-1

Prezzo: € 18,00

Formato: 15x21 cm

N. di pagine: 176




Gli autori


Il Dottor **Riccardo Dalle Grave** è medico e psicoterapeuta, specialista in Endocrinologia e in Scienza dell'Alimentazione. È segretario scientifico dell'AIDAP (Associazione Italiana Disturbi dell'Alimentazione e del Peso) e dirige l'Unità di Riabilitazione Nutrizionale della Casa di Cura Villa Garda.


Il Dottor **Felice Mangeri** è laureato in Medicina e Chirurgia a Brescia e in Psicologia a Padova; specialista in Medicina Interna, Endocrinologia e Diabetologia; Psicoterapeuta a indirizzo cognitivo comportamentale.

Per i vostri ordini

 0458103932

 0458102884

 libri@positivepress.net

 www.positivepress.net

Seguici su 