

# Supera tu Insomnio en 5 sesiones

**Envía un email al anunciante:** user-108772@AnuncioTIC.com

**Messenger:** Contacto :

**Fecha:** Martes, 26 Noviembre de 2013

393 personas han visto este anuncio

**Precio:** 249

RESUELVE TUS PROBLEMAS DE INSOMNIO EN 5 SESIONES. DUERME BIEN Y DESCANSA  
Tratamiento psicológico sin medicación para aprender a dormir bien. 5 sesiones + Entrevista de Evaluación GRATUITA. El insomnio se define como la dificultad para iniciar o mantener el sueño. Se considera que una persona que tarde más de treinta minutos en dormirse y/o duerma menos de seis horas, sufre insomnio. Si estas sensaciones son inferiores a tres semanas o un mes, se habla de insomnio ocasional o transitorio, y cuando es superior a ese tiempo, de insomnio crónico. Numerosos estudios demuestran que el insomnio tiene efectos negativos en la salud mental, física, la calidad de vida y el rendimiento laboral de la persona. La detección de señales de alarma es fundamental para el diagnóstico temprano de este problema de salud, que en función de su tipología, y en la mayoría de los casos puede abordarse con medidas higiénico-dietéticas, y con la ayuda de algún tratamiento que no precise receta médica. En la primera entrevista gratuita con AtenPsi evaluaremos las características y el tipo de insomnio que sufres y diseñaremos para ti el tratamiento que mejor se ajuste a tus necesidades. ¿Quieres dormir bien sin necesidad de tomar pastillas? Llama a AtenPsi. Somos profesionales del bienestar psicológico. Psicólogos clínicos colegiados con amplia experiencia y excelente formación. AtenPsi, consulta de Psicología en Pozuelo de Alarcón. A ser feliz, se aprende. 917159247 - 686235956 info@atenpsi.es <http://www.atenpsi.es> AtenPsi, consulta de Psicología. C/Dinamarca nº2, portal 2, bajo 4. Pozuelo de Alarcón. Madrid.

