



Cómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains para mejorar su mente y su vida (Spanish Edition)

Elkhonon Goldberg, Álvaro Fernández Ibáñez

 [Descargar](#)

 [Leer En Linea](#)

Cómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains para mejorar su mente y su vida (Spanish Edition) Elkhonon Goldberg, Álvaro Fernández Ibáñez

¿Sabía usted que hoy se crearán varios miles de neuronas nuevas en su cerebro? ¿Y que lo que haga, piense y sienta hoy determinará tanto la supervivencia como el efecto de esas nuevas neuronas, y de las que ya tenía antes? Estos son algunos de los temas que aborda “Cómo invertir en su cerebro”, el nuevo libro que recorre las últimas tendencias de un campo tan apasionante e importante como la ciencia del cerebro y la neuroplasticidad.

Todos sabemos que debemos invertir en nuestra salud, en nuestra educación, en nuestra carrera profesional o en nuestros planes de ahorro. Pero pocos sabemos por qué invertir, y cómo, en nuestro recurso más importante: el cerebro. Para llenar ese vacío, “Cómo invertir en su cerebro” proporciona al lector una guía estimulante y práctica, llena de información contrastada y consejos personalizados, para mejorar el rendimiento actual y futuro de su cerebro, enriqueciendo así su mente y su vida.

Cualquiera que sea su objetivo, como el manejar mejor su estrés cotidiano, aumentar su atención y memoria, demostrar un mejor desempeño en el trabajo o retrasar problemas cognitivos como la enfermedad de Alzheimer, esta obra le explicará al detalle como pasar de la teoría a la práctica, combinando un entendimiento general con unas pautas específicas.

“Cómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains para mejorar su mente y su vida” es la primera publicación en español de SharpBrains, una organización reconocida a nivel internacional que investiga cómo mejorar la salud, la educación y la formación a través de la ciencia del cerebro y la innovación. El libro se basa en un análisis objetivo de cientos de estudios científicos publicados en los últimos diez años y en decenas de entrevistas en profundidad con distinguidos científicos. Además “Cómo invertir en su cerebro” refleja las conclusiones de varias cumbres organizadas por SharpBrains desde el año 2010, con centenares de expertos de primer nivel.

Si alguna vez ha invertido usted en su bienestar físico, en su formación académica, en su matrimonio, en sus amistades o en su vivienda, quizá ahora sea el momento de preguntarse cómo puede invertir en su cerebro.

Este libro será su mejor guía.

Elogios

“Una lectura estimulante y un reto al mismo tiempo, con información sólida y consejos prácticos para mejorar la salud de nuestro cerebro”. – Kirkus Reviews


“Una referencia esencial”. – Dr. Walter Jesssen, Fundador y Editor, Highlight Health

“Un recurso imprescindible para ayudarnos a entender mejor nuestro cerebro y nuestra mente”. – Susan E. Hoffman, Directora, UC Berkeley Osher Lifelong Learning Institute

“...el mejor análisis sobre las implicaciones de la neurociencia para el desarrollo personal y profesional”. – Ed Batista, Experto en Liderazgo, Escuela Superior de Negocios de la Universidad de Stanford

“¡Gracias! Este libro está lleno de información de primera clase y de consejos prácticos”. – Dr. Elizabeth Edgerly, Jefe de Programas de la Alzheimer’s Association

 [Download](#) [Cómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains par ...pdf](#)

 [Read Online](#) [Cómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains p ...pdf](#)

Cómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains para mejorar su mente y su vida (Spanish Edition)

Elkhonon Goldberg, Álvaro Fernández Ibáñez

Cómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains para mejorar su mente y su vida (Spanish Edition) Elkhonon Goldberg, Álvaro Fernández Ibáñez

¿Sabía usted que hoy se crearán varios miles de neuronas nuevas en su cerebro? ¿Y que lo que haga, piense y sienta hoy determinará tanto la supervivencia como el efecto de esas nuevas neuronas, y de las que ya tenía antes? Estos son algunos de los temas que aborda “Cómo invertir en su cerebro”, el nuevo libro que recorre las últimas tendencias de un campo tan apasionante e importante como la ciencia del cerebro y la neuroplasticidad.

Todos sabemos que debemos invertir en nuestra salud, en nuestra educación, en nuestra carrera profesional o en nuestros planes de ahorro. Pero pocos sabemos por qué invertir, y cómo, en nuestro recurso más importante: el cerebro. Para llenar ese vacío, “Cómo invertir en su cerebro” proporciona al lector una guía estimulante y práctica, llena de información contrastada y consejos personalizados, para mejorar el rendimiento actual y futuro de su cerebro, enriqueciendo así su mente y su vida.

Cualquiera que sea su objetivo, como el manejar mejor su estrés cotidiano, aumentar su atención y memoria, demostrar un mejor desempeño en el trabajo o retrasar problemas cognitivos como la enfermedad de Alzheimer, esta obra le explicará al detalle como pasar de la teoría a la práctica, combinando un entendimiento general con unas pautas específicas.

“Cómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains para mejorar su mente y su vida” es la primera publicación en español de SharpBrains, una organización reconocida a nivel internacional que investiga cómo mejorar la salud, la educación y la formación a través de la ciencia del cerebro y la innovación. El libro se basa en un análisis objetivo de cientos de estudios científicos publicados en los últimos diez años y en decenas de entrevistas en profundidad con distinguidos científicos. Además “Cómo invertir en su cerebro” refleja las conclusiones de varias cumbres organizadas por SharpBrains desde el año 2010, con centenares de expertos de primer nivel.

Si alguna vez ha invertido usted en su bienestar físico, en su formación académica, en su matrimonio, en sus amistades o en su vivienda, quizá ahora sea el momento de preguntarse cómo puede invertir en su cerebro.

Este libro será su mejor guía.

Elogios

“Una lectura estimulante y un reto al mismo tiempo, con información sólida y consejos prácticos para mejorar la salud de nuestro cerebro”. – Kirkus Reviews

“Una referencia esencial”. – Dr. Walter Jessen, Fundador y Editor, Highlight Health

“Un recurso imprescindible para ayudarnos a entender mejor nuestro cerebro y nuestra mente”. – Susan E. Hoffman, Directora, UC Berkeley Osher Lifelong Learning Institute

“...el mejor análisis sobre las implicaciones de la neurociencia para el desarrollo personal y profesional”. – Ed Batista, Experto en Liderazgo, Escuela Superior de Negocios de la Universidad de Stanford

“¡Gracias! Este libro está lleno de información de primera clase y de consejos prácticos”. – Dr. Elizabeth

Egerly, Jefe de Programas de la Alzheimer's Association

Descargar y leer en línea Cómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains para mejorar su mente y su vida (Spanish Edition) Elkhonon Goldberg, Álvaro Fernández Ibáñez

Format: Kindle eBook

About the Author

Álvaro Fernández Ibáñez es el Director Ejecutivo de SharpBrains. Es un reconocido ponente y experto a nivel internacional, citado por medios como The New York Times, The Wall Street Journal. En marzo de 2012 fue reconocido como un Joven Líder Global por el Fórum Económico Mundial (FEM), un galardón que premia a los líderes jóvenes menores de 40 años más destacados en todo el mundo. Álvaro posee un MBA y un Máster en Educación por la Universidad de Stanford (EEUU), y una Licenciatura en Economía por la Universidad de Deusto (España). Elkhonon Goldberg, PhD, es un neurocientífico y doctor reconocido internacionalmente por su trabajo clínico y de investigación y divulgación sobre neurociencia cognitiva y neuropsicología. Profesor Clínico del Departamento de Neurología en la Escuela de Medicina de la Universidad de Nueva York, el Dr. Goldberg ha escrito libros reconocidos a nivel mundial como “El cerebro ejecutivo: Lóbulos frontales y mente civilizada” y “La paradoja de la sabiduría: Cómo la mente puede mejorar con la edad”.

Download and Read Online Cómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains para mejorar su mente y su vida (Spanish Edition) Elkhonon Goldberg, Álvaro Fernández Ibáñez #Y4JS2ZNDG7W

Leer Cómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains para mejorar su mente y su vida (Spanish Edition) by Elkhonon Goldberg, Álvaro Fernández Ibáñez para ebook en líneaCómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains para mejorar su mente y su vida (Spanish Edition) by Elkhonon Goldberg, Álvaro Fernández Ibáñez Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros Cómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains para mejorar su mente y su vida (Spanish Edition) by Elkhonon Goldberg, Álvaro Fernández Ibáñez para leer en línea. Online Cómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains para mejorar su mente y su vida (Spanish Edition) by Elkhonon Goldberg, Álvaro Fernández Ibáñez ebook PDF descargarCómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains para mejorar su mente y su vida (Spanish Edition) by Elkhonon Goldberg, Álvaro Fernández Ibáñez DocCómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains para mejorar su mente y su vida (Spanish Edition) by Elkhonon Goldberg, Álvaro Fernández Ibáñez MobipocketCómo invertir en su cerebro: Una guía SharpBrains para mejorar su mente y su vida (Spanish Edition) by Elkhonon Goldberg, Álvaro Fernández Ibáñez EPub

Y4JS2ZNDG7WY4JS2ZNDG7WY4JS2ZNDG7W