

image not found or type unknown



Mejora tu memoria en una semana

Néstor Braidot

Fecha de publicación:

05/03/2015

Los enemigos de la memoria son fáciles de combatir

Sello Editorial:

Gestión 2000

Contacto de prensa

El deterioro de la memoria es lo que más preocupa a las personas cuando se trata de las funciones cerebrales. Si tú tienes inquietudes similares y por eso estás observando este libro, el doctor Néstor Braidot te tiene una buena noticia: salvo en caso de lesiones y enfermedades, no hay motivo para preocuparse: los enemigos de la memoria son fáciles de combatir porque lo único que se necesita es información, voluntad y un entrenamiento adecuado.

Nombre: Alba Ríos

Dado que los seres humanos no tenemos uno, sino diferentes sistemas de memoria, hallarás un conjunto de prácticas, incluyendo indicaciones relacionadas con el estilo de vida y la alimentación, que te permitirán realizar un entrenamiento a medida de las características que los diferencian. Al cabo de Habilidades directivas siete días, en los que deberás destinar sólo dos horas a las prácticas, tú mismo podrás comprobar su validez y eficacia.

Teléfono: 93 492 86 58

Email:

arioss@planeta.es

Nombre: María José

Bertrán

Teléfono: 93 492 82 03

Email:

mjbertran@planeta.es

Néstor Braidot

Néstor Braidot es investigador, conferenciante, académico, consultor y escritor. Autor de numerosos libros sobre las aplicaciones de las neurociencias al mundo del trabajo y a la vida cotidiana, ha dedicado la mayor parte de su vida profesional al desarrollo de técnicas destinadas a aumentar el capital cognitivo y emocional de las personas, tanto a nivel organizacional como individual.