

image not found or type unknown



# Minimalismo digital

## Cal Newport

**Fecha de publicación:**  
13/01/2021

El minimalismo digital, el nuevo método para regular cómo quieres relacionarte con la tecnología: desconecta de internet, reconecta con el mundo real.

**Sello Editorial:**  
Ediciones Paidós

Los minimalistas digitales ya están entre nosotros. Son personas relajadas que pueden tener largas conversaciones, perderse en un buen libro, hacer manualidades o salir a correr sin que su mirada se escape constantemente hacia su teléfono móvil. Utilizando el sentido común y adoptando técnicas sutiles, Cal Newport nos enseñará cuándo usar la tecnología y cuándo prescindir de ella para disfrutar plenamente del mundo offline y reconectar con nosotros mismos. La tecnología no es mala o buena en sí misma, la clave está en usarla de acuerdo con nuestros valores y necesidades.

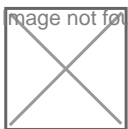
## Contacto de prensa

**Nombre:** Paloma  
Cordón

**Teléfono:** 93 492 86  
33

**Email:**  
pcordon@planeta.es

image not found or type unknown



## Cal Newport

**Cal Newport** es profesor de Ciencia computacional en la Universidad de Georgetown y autor de varios *best seller* internacionales sobre la intersección entre tecnología y cultura, entre ellos *Minimalismo digital* y *Céntrate (Deep Work)*, publicados en más de treinta idiomas. Escribe con frecuencia para *The New Yorker*, *The New York Times*, *Wired* y colabora con la radio NPR. Su blog, Study Hacks, que lanzó en 2007, recibe más de tres millones de visitas al año. No lo encontraréis en Twitter, Facebook o Instagram, pero sí en casa con su familia, o escribiendo ensayos para su página web [calnewport.com](http://calnewport.com).