

JONATHAN BENITO

Redefine imposible



Tu cerebro es la herramienta



Redefine imposible

Jonathan Benito Sipos

Tienes la herramienta para conseguir la mejor versión de ti: tu cerebro. Sácale partido y descubre que no hay imposibles

«Imposible» no es una barrera cuando tu cerebro está de tu parte

Se han escrito ríos de tinta acerca de cómo enfocar la mente para mejorar la calidad de vida y las posibilidades de éxito, pero ¿sabías que la biología y la neurociencia tienen mucho que aportar a esto? Nuestro cerebro es el ordenador personal más potente de todos: tanto que todavía no hemos conseguido rozar los límites de sus posibilidades. Jonathan Benito nos descubre un conocimiento mayor de nuestro potencial para transformar nuestra vida a través de hábitos y propuestas que motiven la neurogénesis: la creación constante de nuevas neuronas para aumentar nuestra cognición, nuestra creatividad y nuestro bienestar emocional.

Tienes la herramienta para conseguir la mejor versión de ti: tu cerebro. Sácale partido y descubre que no hay imposibles

Fecha de publicación:

13/10/2021

Sello Editorial:

Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Isabel Santos

Teléfono: 91 423 03 33

Email: isantos@planeta.es

Nombre: Laura Franch

Teléfono: 91 423 03 03

Email: lfranch@planeta.es

Nombre: Laura Verdura

Teléfono: 91 423 03 03

Email: lverdura@planeta.es

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensafictioninternacional@planeta.es

Nombre: Blanca Vidales

Email: blanca.vidales@planeta.es

Nombre: Fátima Santana

Teléfono: 91 423 03 03

Email: fsantana@planeta.es



Jonathan Benito Sipos

Jonathan Benito es profesor e investigador de Neurociencia de la Universidad Autónoma de Madrid, en la que se doctoró con sobresaliente *cum laude* en el año 2007. Asimismo, compagina esta labor con diferentes cargos académicos: ha sido vicedecano y vicerrector adjunto de Innovación. Se dio a conocer al gran público con *Gestiona tu tiempo, disfruta de la vida*. En 2021, publicó en Planeta *Redefine imposible*, y actualmente su trabajo está encaminado a potenciar a las personas mediante el uso de la neurociencia.