



Fecha de publicación:
01/04/2026

Sello Editorial:
Ediciones Península

Contacto de prensa

Nombre: Laura Fabregat

Teléfono: 934928947

Email: lfabregat@planeta.es

Nombre: Laia Barreda Vicent

Teléfono: 93 492 8308

Email: laia.barreda@planeta.es

Nombre: Erica Aspas

Teléfono: 934928752

Email: easpas@planeta.es



Céntrate (Deep Work)

Cal Newport

Edición de lujo de *Céntrate*, el libro de productividad que se ha consolidado como el gran referente en España

BEST SELLER INTERNACIONAL. MÁS DE 2 MILLONES DE EJEMPLARES VENDIDOS

Edición de lujo de *Céntrate*, el libro de productividad que se ha consolidado como el gran referente en España.

Las distracciones no son malas en sí mismas, pero en un mundo que incentiva la hiperconexión y la multitarea, la falta de concentración se ha convertido en una fuente permanente de frustración, ansiedad, cansancio y procrastinación en nuestro día a día. En consecuencia, la atención se ha convertido en un activo muy valioso en un entorno altamente competitivo.

El autor y profesor **Cal Newport**, referente en materia de desarrollo personal y productividad, demuestra la importancia de trabajar a fondo para extraer hasta la última gota de valor de nuestra capacidad intelectual. A partir de cuatro reglas prácticas, nos ofrece un método infalible para ahorrar tiempo, ser más eficientes y tener éxito en un mundo disperso. Reforzar nuestra capacidad de concentración y saber alejarse de las distracciones tecnológicas son los primeros pasos para una vida rica, productiva y con sentido.

Las 4 reglas para ahorrar tiempo, ser más eficiente y tener éxito en un mundo disperso:

REGLA #1. Trabajar con profundidad

REGLA #2. Abrir las puertas al aburrimiento

REGLA #3. Alejarse de las redes sociales

REGLA #4. Eliminar lo superficial

Si dominas estas habilidades, conseguirás resultados extraordinarios.

«Cal Newport tiene la clave para no trabajar horas extra, cumplir con los objetivos y tener tiempo libre. Su éxito es el mejor ejemplo de que sus técnicas funcionan.»
El País Semanal

«El Deep Work es la herramienta esencial para la sociedad del conocimiento.»
The Economist

«Cal Newport es una voz nítida en un mar de ruido, mezcla ciencia y pasión a partes iguales.» **Seth Godin, autor de *La vaca púrpura***

Cal Newport

Cal Newport es profesor de Ciencia computacional en la Universidad de Georgetown y autor de libros sobre la intersección entre tecnología y cultura de gran éxito internacional. Destaca en especial *Céntrate (Deep Work)*, traducido a más de cuarenta 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.