

Dr. Ben Rein

Tu cerebro necesita amigos

La neurociencia de la conexión humana



PAIDÓS

Fecha de publicación:
03/06/2026

Sello Editorial:
Ediciones Paidós

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es

Tu cerebro necesita amigos

Dr. Ben Rein

El reconocido neurocientífico Ben Rein nos presenta una guía basada en las investigaciones más recientes para que podamos prosperar en un mundo cada vez más digital y mejorar nuestra salud cerebral a través de nuestros vínculos.

El reconocido neurocientífico Ben Rein nos presenta una guía basada en las investigaciones más recientes para que podamos prosperar en un mundo cada vez más digital y mejorar nuestra salud cerebral a través de nuestros vínculos.

Ya sea al pedir un café, abrimos paso entre los pasajeros del tren, tener tensas reuniones de trabajo, tomar algo con nuestros compañeros de trabajo o relajarnos en el sofá con nuestra familia, cada día está lleno de interacciones sociales que nutren y favorecen la salud de nuestro cerebro. Esta «dieta social» con la que alimentamos nuestro cerebro no solo da forma a nuestras experiencias, sino que además puede llegar a alargar nuestra vida.

En una época marcada por la soledad, el neurocientífico Ben Rein se adentra en la fascinante ciencia de las interacciones sociales para revelarnos cómo nuestros cerebros están programados para conectar y, a través de nuestra necesidad de comunidad y aportando nuevas infraestructuras para que podamos vincularnos mejor, nos demuestra por qué la vida moderna está desafiando esos instintos ancestrales.

Entretejiendo descubrimientos científicos de vanguardia, narraciones y consejos prácticos inspirados en su investigación, en *Tu cerebro necesita amigos* descubriremos la biología que hay detrás de nuestros vínculos y cómo estos fortalecen nuestro cerebro y nuestro cuerpo para que podamos reconsiderar el valor de la compañía y construir una vida más sana y feliz.

Dr. Ben Rein

Ben Rein es un galardonado neurocientífico, director científico de la Mind Science Foundation y profesor adjunto en la Universidad de Stanford y en la Universidad Estatal de Nueva York en Buffalo. Reconocido científico, su investigación se centra en la neurociencia de las interacciones sociales y, fuera del laboratorio, divulga sobre neurociencia a más de un millón de seguidores en las redes sociales.

El doctor Rein ha aparecido en los principales medios de comunicación, como *Entertainment Tonight* y *Good Morning America*, y ha recibido premios de las Academias Nacionales de Ciencia, Ingeniería y Medicina (NASEM, por sus siglas en inglés) y de la Society for Neuroscience, entre otras instituciones.