

image not found or type unknown



# Tecnoestrés

**José María Martínez Selva**

**Fecha de publicación:**  
12/05/2011

Este libro nos permitirá superar algunos de los problemas que plantea la inmersión forzada en las nuevas tecnologías para utilizarlas mejor, adaptarnos y convivir felizmente con ellas.

**Sello Editorial:**  
Ediciones Paidós

En la actualidad parece abrirse una brecha entre los “nativos digitales” y los “inmigrantes digitales”, es decir, entre los que han nacido y crecido con los nuevos avances tecnológicos y los que han tenido, con más o menos éxito, que adaptarse a ellos.

## Contacto de prensa

**Nombre:** Paloma Cordón

La lectura de **Tecnoestrés** ayudará a muchas personas que se sienten incómodas, que sufren con las nuevas tecnologías o que, simplemente, no comprenden los rápidos cambios que se producen en nuestro mundo.

**Teléfono:** 93 492 86 33

Con un estilo fácil y accesible, el autor de obras como **La psicología de la mentira** o **La gran mentira**, explica cómo han afectado los avances digitales al puesto de trabajo, los inconvenientes de la sobrecarga de información, el uso del correo electrónico en nuestra vida cotidiana y la soledad que, paradójicamente, sufren muchas personas en un mundo interconectado.

**Email:**  
pcordon@planeta.es

Además, nos ofrece un análisis esclarecedor sobre las redes sociales, sus posibles riesgos y cómo abordar las tecnoadicciones. También nos advierte de los posibles peligros de la red para los adolescentes, como el ciberacoso o el *sexting*, y nos ofrece pautas para educar a nuestros hijos y tomar las medidas de protección necesarias.

Con múltiples consejos y casos reales, Martínez Selva nos da las claves para comprender el nuevo entorno digital y nos ofrece orientación para adaptarnos a él aprovechando todos los beneficios que nos brinda.

image not found or type unknown



## José María Martínez Selva

**José María Martínez Selva** (Elche, 1955) es catedrático de Psicobiología en la Universidad de Murcia, donde es profesor de Psicofisiología y Psicología Fisiológica desde 1978.

Licenciado en Psicología con premio extraordinario por la Universidad Autónoma de Madrid y doctorado *cum laude* en la Universidad de Murcia, ha sido profesor invitado en las universidades de Lille (Francia), Guadalajara (México) y Panamá. Asimismo, ha realizado cursos y estancias en la Universidad del Sur de California, en la Harvard Medical School, en la Universidad de California en Los Ángeles y en la Strathclyde University de Glasgow.

Entre 1992 y 1993 fue el responsable de comunicación en la Unidad de Asistencia Técnica del programa SPRINT para la Innovación y Transferencia de Tecnología de la Comisión Europea, y de 1995 a 1997 y de 1999 a 2003 desempeñó el cargo de Director General de Universidades e Investigación de la Comunidad de Murcia. Además ha sido miembro de la Comisión Nacional de Ciencia y Tecnología y la Comisión Nacional de Evaluación de la Actividad Investigadora. Recibió el Premio de Transferencia del Conocimiento (Divulgación en Ciencias de la Salud) de la Universidad de Murcia en 2020.

Es autor de *Psicofisiología* (1995), *Manual de comunicación persuasiva para juristas* (2023), *Aprender a comunicarse en público* (2001), *Marketing de servicios profesionales* (2002), *La psicología de la mentira* (2005), *La gran mentira* (2009), *Tecnoestrés* (2011), *Celos* (2013), *¿Por qué los toreros se afeitan dos veces?* (2016), *La mentira + cuento* (2017) y *Neurociencia del Aprendizaje* (2018). Es también autor de la novela *El espejo de seda* (2020).