



MEJORA TU AGILIDAD MENTAL: EN UNA SEMANA

By NESTOR BRAIDOT

Gestión 2000, 2000. Encuadernación de tapa blanda. Book Condition: Nuevo. Debido al maravilloso fenómeno de la neuroplasticidad, el cerebro cambia segundo a segundo. Afortunadamente, estos cambios pueden ser autodirigidos: todos los seres humanos podemos tener un cerebro ágil y activo en las diferentes etapas de la vida, incluidas las avanzadas, y para ello sólo hacen falta tres componentes: 1) voluntad; 2) cambio de hábitos; 3) entrenamiento adecuado. En este libro, y con su particular estilo, caracterizado por la claridad y la sencillez con que aborda temas complejos, el doctor Néstor Braidot te explica cómo deben entrenarse las principales funciones cerebrales y cuáles son los hábitos que debes cambiar para desarrollar y capitalizar el enorme potencial con el que has venido a este mundo: el que reside en tus neuronas.



READ ONLINE
[1.57 MB]

Reviews

Extensive guide for ebook lovers. It generally does not cost excessive. Your way of life span will likely be convert the instant you complete looking at this ebook.

-- **Rocky Dach**

Certainly, this is the very best work by any author. It is amongst the most remarkable publication i have got study. I am just happy to inform you that this is actually the greatest pdf i have got study inside my individual daily life and can be he very best publication for at any time.

-- **Gilbert Rippin**