

# Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane libro PDF

Catherine Price



**TAGS:** Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane libro pdf download, Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane scaricare gratis, Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane epub italiano, Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane torrent, Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane leggere online gratis PDF

Se vuoi scaricare questo libro, clicca sul link qui sotto!

[\*\*-SCARICARE-\*\*](#)  
[\*\*-LEGGERE ONLINE-\*\*](#)

*Vi siete mai chiesti perché le schermate a scorrimento di app e social network ricordino così tanto le slot machine? La verità è che gli smartphone sono progettati per massimizzare la quantità di tempo che passiamo con loro, stimolando la produzione di dopamina, sostanza legata al piacere, e innescando comportamenti di dipendenza. Basandosi sui più recenti studi scientifici, Catherine Price dimostra come gli smartphone mettano in atto un vero e proprio "hackeraggio" del nostro cervello. Questi accessori dall'aria innocua sono in realtà cavalli di Troia digitali imbottiti di trucchi manipolativi, pensati per spingerci ad abbassare la guardia così da potersi impossessare della nostra attenzione. E la nostra attenzione, per le società che gestiscono le piattaforme digitali, ha un valore economico enorme. Le conseguenze di quella che a tutti gli effetti è una dipendenza collettiva sono molteplici: gli smartphone uccidono la nostra capacità di attenzione, danneggiano la memoria a breve e a lungo termine e, di conseguenza, la nostra capacità di pensieri profondi. Ci rendono ansiosi, depressi e peggiorano la qualità del sonno, oltre a rovinare i nostri rapporti interpersonali. La buona notizia è che nulla, in questo processo, è irreversibile: bastano 4 settimane per interrompere la dipendenza, riappropriarci della nostra attenzione e riprendere possesso dell'esperienza di vivere.*

Publicato: **22/05/2018**  
Formato: **PDF, EPUB, MOBI**  
Lingua: **Italiano**  
Dimensioni: **1716 KB**

IL TUO CARRELLO: 0 Prodotti - Totale ... **Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane.** Price Catherine Mondadori. ... **Dal** lunedì al venerdì ...

**Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane** è un eBook di Price, Catherine pubblicato da Mondadori a 9.99. Il file è in formato EPUB con ...