



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
[1.1 MB]

Reviews

It becomes an incredible book that we actually have possibly study. It really is rally exciting through studying period of time. I am very easily could get a satisfaction of reading through a written book.

-- **Gianni Hoppe**

A really awesome pdf with perfect and lucid reasons. It is actually rally fascinating through reading period of time. Your lifestyle period will probably be transform as soon as you total looking over this ebook.

-- **Alford Kihn**