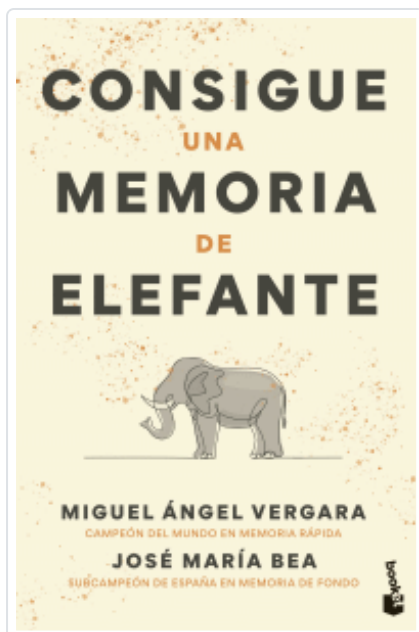


CONSIGUE UNA MEMORIA DE ELEFANTE



VERGARA, MIGUEL ANGEL / BEA, JOSE MARIA

SINOPSIS

El campeón del mundo en memoria rápida, Miguel Ángel Vergara, y José María Bea, subcampeón de España de memoria de fondo, nos enseñan en este libro las técnicas más eficaces para conseguir una memoria prodigiosa y mantener ágil y activa nuestra capacidad de memorización. ¿Le cuesta retener el nombre de las personas con las que no tiene trato frecuente? ¿Es capaz de recordar una fecha, una dirección o un número de teléfono sin anotarlo? ¿Se acuerda de aquello que estudió hace tiempo? ¿Es capaz de hacer la compra sin una lista y sin olvidarse de nada? ¿Y de saber todo lo que tiene que hacer en los próximos días sin recurrir a su agenda? La memoria es un instrumento fundamental en todos los ámbitos y etapas de la vida, y la sobreinformación que nos rodea en el mundo actual nos satura muchas veces y nos hace perder capacidad de concentración y memorización. Por otra parte, necesitamos continuamente mantener activa nuestra capacidad de memorización: para estudiar, aprender idiomas, estar al día en nuestro campo de trabajo y en las herramientas que nos ofrecen las nuevas tecnologías, etc. Este libro pretende ponerle remedio a través de técnicas, trucos, ejercicios y motivación para todos aquellos que quieran mantener su memoria a pleno rendimiento: desde estudiantes y opositores a personas de mediana edad que no quieren padecer deterioro cognitivo. ...



Editorial	BOOKET
Materia	AUTOAYUDA Y SUPERACION
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788427051768
Status	Disponible
Páginas	224
Tamaño	125x190x mm.
Peso	142
Precio (Imp. inc.)	10,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	02/08/2023

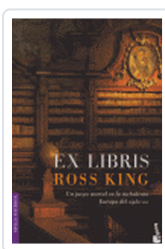
Títulos relacionados



ORIGEN PERDIDO (NF)
MATILDE ASENSI



JUEZ DE EGIPTO, EL
JACQ, CHRISTIAN



EX LIBRIS
ROSS KING



AMIGOS EN LAS ALTAS ESFERAS
LEON, DONNA