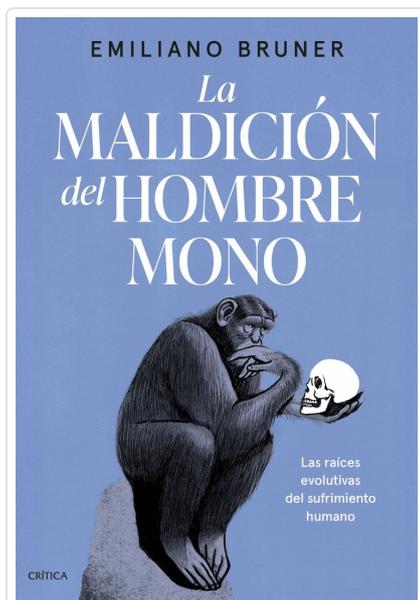


MALDICIÓN DEL HOMBRE MONO, LA

Bruner, Emiliano



SINOPSIS

Una nueva comprensión de la salud mental que brinda una hipótesis reveladora sobre el estrés y la ansiedad, y construye un puente inédito entre evolución, biología y filosofía.

Nuestro cerebro proyecta y valora, juzga y comenta, desea y rechaza, continuamente, las veinticuatro horas, siete días a la semana, trescientos sesenta y cinco días al año, sin parar, olvidándose de vivir la realidad y dedicándose a una vida ficticia, hecha de temores, preocupaciones y muchísimas expectativas. El resultado es el estrés crónico que moldea nuestro cerebro en una situación de permanente inflamación psicológica. El paleoneurologo Emiliano Bruner indaga en el conflicto evolutivo que supone el exceso de rumiación y vagabundeo mental que afecta nuestra calidad de vida. La universalidad de los patrones de estrés y ansiedad apunta a que esta fragilidad humana tiene una base biológica, que se han forjado junto a otros factores a lo largo de nuestra historia natural. El superpoder de manejar muchas imágenes y palabras que ha supuesto una ventaja como especie, se convierte en una fuente de sufrimiento individual. Esta innovadora investigación integra biología evolutiva, neurociencia, antropología y primatología, explorando la atención y otras habilidades cognitivas para conectar el estrés psicológico y los fundamentos evolutivos de nuestra propia especie, Homo sapiens. El objetivo es entender si existen límites a nuestro desarrollo personal, y en qué medida es posible mejorar el equilibrio psicológico y emocional claves en nuestro bienestar individual y colectivo....



Editorial	EDITORIAL CRÍTICA
Materia	CIENCIAS
EAN	9788491997825
Status	Disponible
Páginas	208
Tamaño	230x155x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	19,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	04/06/2025