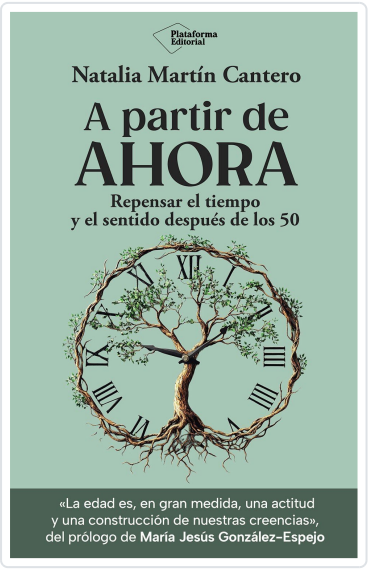
A PARTIR DE AHORA. REPENSAR EL TIEMPO Y SENTIDO DESPUES DE LOS 50



MARTÍN CANTERO, NATALIA

SINOPSIS

Desmonta los prejuicios sobre el envejecimiento y descubre por qué tus mejores años te están esperando

¿Y si la edad fuera mucho más que una cifra? En una sociedad obsesionada con la juventud, este libro desafía uno de los prejuicios más arraigados de nuestro tiempo: la idea de que envejecer significa perder capacidades, bienestar y oportunidades. Apoyándose en las investigaciones más recientes de la psicología, la sociología y la neurociencia, Natalia Martín Cantero demuestra que nuestras creencias sobre la edad influyen directamente en nuestra salud, longevidad y felicidad.

A través de historias inspiradoras, descubrimientos científicos sorprendentes y herramientas prácticas para fortalecer la mente, cultivar la sabiduría y vivir con propósito, A partir de ahora nos invita a abrazar una nueva forma de entender la longevidad. Un libro luminoso y transformador que demuestra que el cerebro puede seguir creciendo, aprendiendo y floreciendo durante toda la vida....

Editorial	PLATAFORMA
Materia	AUTOAYUDA Y DESARROLLO PERSONAL
Colección	PLATAFORMA
EAN	9791388080845
Status	Disponible
Páginas	208
Tamaño	220x140x13 mm.
Peso	289
Precio (Imp. inc.)	20,90€
Fecha de lanzamiento	27/08/2026

Títulos relacionados



CEREBRO DEL NIÑO EXPLICADO A LOS PADRES, EL

BILBAO, DR. ÁLVARO



VIDA SECRETA DE LOS INSECTOS, LA

OTERO, JOSE CARLOS



VIDA SECRETA DE LAS ARAÑAS, LA

OTERO, JOSE CARLOS



MAMÁ, ME HAGO MAYOR... UNA GUÍA PARA AYUDARTE EN LA TRANSICIÓN DEL BEBÉ AL NIÑO PEQUEÑO

CAMACHO, PEDRO