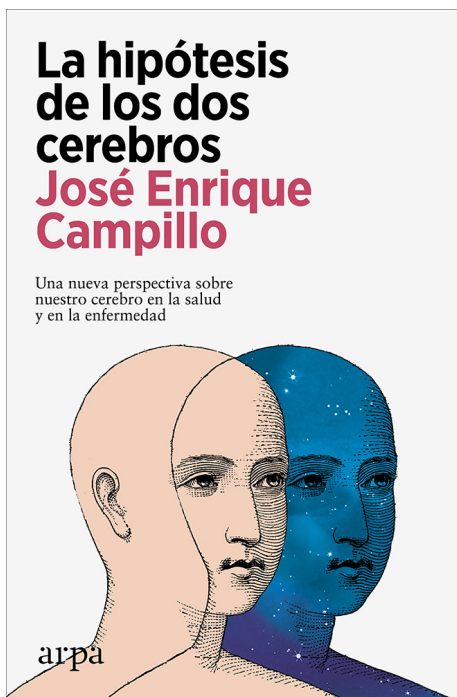




José Enrique, Campillo

José Enrique Campillo Álvarez es médico especialista en nutrición y alimentación. Se doctoró en Medicina por la Universidad de Granada y ha sido catedrático de Fisiología en la Universidad de Extremadura. Su labor investigadora se ha desarrollado a través del estudio de diversos aspectos relacionados con la diabetes, la nutrición humana y el ejercicio físico. Es Premio Nacional de Investigación 1989 y miembro de numerosas sociedades científicas españolas y europeas, como la European Association for the Study of Diabetes. En los últimos años ha estado interesado en el enfoque de la llamada Medicina Darwiniana acerca de las enfermedades de la opulencia (síndrome metabólico y enfermedades asociadas). Ha publicado sus estudios en revistas especializadas y es autor de La cadera de Eva, El mono obeso y El mono estresado, entre otros.

riverside
agency

La hipótesis de los dos cerebros

Autor: José Enrique, Campillo

Arpa

ISBN: 978-84-10-31342-2 / Rústica / 240pp | 140 x 213 cm

Precio: \$ 42.900,00

¿Cómo se relacionan la mente y la consciencia? ¿Qué mecanismos nos permiten ser quienes somos? ¿Por qué el equilibrio entre ambas facultades es esencial para nuestra salud mental? El cerebro humano, con su complejidad inigualable, genera dos voces que definen nuestra experiencia de vida: la mente, lógica y práctica, que responde al mundo exterior, y la consciencia, íntima y subjetiva, que nos conecta con nuestras emociones más profundas. A través de la «Hipótesis de los dos cerebros», este libro explora por primera vez cómo estas dos fuerzas operan y coexisten en nuestro interior. La mente sigue leyes físicas clásicas y computables, mientras que la consciencia, vinculada a procesos no clásicos, nos abre a lo inmaterial: imaginar, sentir y planificar. Este delicado equilibrio, cuando se rompe, está en el origen de trastornos como el estrés y la depresión, que afectan a millones de personas. En estas páginas, José Enrique Campillo, catedrático emérito de Fisiología y reconocido divulgador, analiza las bases biológicas de la mente y la consciencia, reflexiona sobre la relación entre las emociones y la salud mental, y ofrece herramientas para prevenir y entender los desórdenes mentales, en un lenguaje claro y accesible. Un libro exhaustivo y original que combina ciencia y reflexión para desentrañar los secretos de nuestra identidad y ayudarnos a comprender cómo el cerebro construye la experiencia humana.

El cerebro humano, con su complejidad inigualable, genera dos voces que definen nuestra experiencia de vida: la mente, lógica y práctica, que responde al mundo exterior, y la consciencia, íntima y subjetiva, que nos conecta con nuestras emociones más profundas. A través de la «Hipótesis de los dos cerebros», este libro explora por primera vez cómo estas dos fuerzas operan y coexisten en nuestro interior.