



#### **Anders, Hansen**

ANDERS HANSEN es médico y especialista en psiquiatría del Instituto Karolinska, en Estocolmo. Aclamado autor de divulgación científica en Suecia, su país natal, anteriormente ha escrito La verdadera píldora de la felicidad, publicado por RBA.

**riverside  
agency**

## **Insta-brain**

**Autor:** Anders, Hansen

**Autor:** Anders, Hansen

### **Divulgación**

RBA

ISBN: 978-84-9187-569-7 / Rústica / 240pp | 140 x 213 cm

Precio: \$ 52.000,00

¿Cuáles son los mecanismos que nos han hecho adictos a los teléfonos móviles? ¿Por qué nuestro cerebro, la estructura más avanzada conocida en el universo, ha perdido el control sobre esta tecnología? Insta-Brain nos explica cómo podemos ?y debemos? reducir el tiempo de exposición a las pantallas, recuperar el control sobre el mundo digital que nos rodea y aceptar que nuestros cerebros pueden perderse, sin remedio, en uno de los mayores cambios de comportamiento en la historia de la humanidad. Primer paso: deja el móvil y coge este libro. Léelo en papel; dormirás mejor.

Insta-Brain nos explica cómo podemos ?y debemos? reducir el tiempo de exposición a las pantallas, recuperar el control sobre el mundo digital que nos rodea y aceptar que nuestros cerebros pueden perderse, sin remedio, en uno de los mayores cambios de comportamiento en la historia de la humanidad.