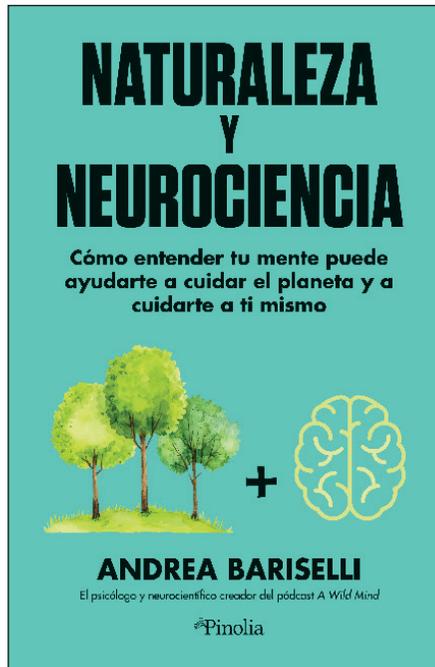


Andrea Bariselli

Naturaleza y neurociencia

Cómo entender tu mente puede ayudarte a cuidar el planeta y a cuidarte a ti mismo



9

7 9 1 3 8 7 5 5 6 4 7 1

25,95 €

15 x 23 x 19 cm

320 páginas

979-13-87556-47-1

Divulgación científica

IBIC: PSAN; RNU

THEMA: PSAN5; PSAN2; RNA

Lanzamiento: 24/06/2025

El psicólogo y neurocientífico Andrea Bariselli examina en su primera obra cómo el exceso de trabajo, la sobrecarga de información o la práctica constante del multitasking están provocando un distanciamiento progresivo de nuestra esencia y de las capacidades reales de nuestro cerebro. ¿Cómo hemos llegado hasta el punto de que nuestras vidas estén controladas por el frenesí de la productividad y las ansias de crecimiento continuas? Bariselli nos advierte: estamos yendo contra nuestra naturaleza como seres humanos, nuestros cerebros no están capacitados para asimilar semejante cantidad de estímulos.

Pero entonces ¿para qué estamos hechos? ¿Cómo funciona nuestro cerebro? ¿Con qué herramientas podemos interpretarlo? ¿Cómo ha cambiado a lo largo de siglos de evolución? Inspirado en su podcast sobre neurociencia *A Wild Mind*, todo un éxito en Italia, el autor nos presenta un libro compuesto por multitud de preguntas, estudios científicos y reflexiones íntimas; de experimentos sorprendentes, de predicciones sobre nuestro futuro y de explicaciones de comportamientos que tendemos a adoptar y replicar. Bariselli explora el papel de la corteza prefrontal medial —una parte del cerebro esencial en el proceso cognitivo, la regulación de las emociones, la motivación y la sociabilidad, entre otros— en esta problemática, para ofrecer una perspectiva fundamentada sobre por qué nos comportamos de manera tan perjudicial tanto para nosotros como para nuestro planeta.

Naturaleza y neurociencia nos invita a reflexionar sobre nuestro modo de vida, nuestras relaciones y nuestro mundo, resaltando la importancia de vivir de una manera consciente y en armonía con la naturaleza.



ANDREA BARISELLI es psicólogo y neurocientífico, con una destacada trayectoria en investigación clínica. A los 25 años fue el director más joven de un centro de psicología clínica en Italia, combinando su labor con estudios sobre dolor crónico y enfermedades neurológicas. En 2016 ganó el «Premio Soldera» por su innovador estudio sobre el impacto del vino en el cerebro. Desde 2018, trabajó en San Francisco, expandiendo su proyecto a Estados Unidos. Su investigación lo llevó a profundizar en la relación entre el ser humano y la naturaleza, tema que abordó en TEDx Milán. En 2021 fundó Strobilo, con el objetivo de reconectar a las personas con sus raíces naturales mediante la tecnología. Es también apasionado del deporte y de las carreras de ultrafondo.

 Pinolia