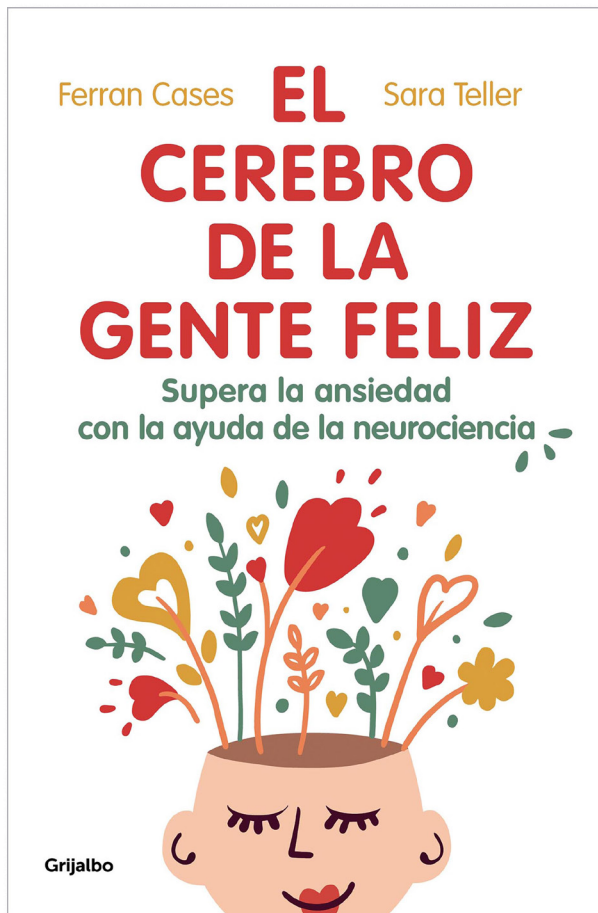


DOSIER DE PRENSA



Título: El cerebro de la gente feliz. Supera la ansiedad con la neurociencia

Autores: Ferran Cases y Sara Teller

PVP: 18,90 €

Fecha publicación: 14 de octubre de 2021



Síguenos en:

www.penguinlibros.com

[@penguinlibros](#)

Un manual que te proporciona las herramientas para superar definitivamente la ansiedad con la ayuda de la neurociencia.

LA OBRA

Entender cómo funciona tu cerebro te da un súper poder: comprender cómo funciona tu ansiedad, y éste es el primer paso para lograr superarla definitivamente.

Si eres presa de una angustia que no te deja vivir y te aventuras a navegar entre las páginas de este libro, descubrirás, a través de la emotiva historia de sus protagonistas y sus diálogos, por qué te sientes así y cómo, combinando distintas técnicas físicas y mentales, conseguir superar esta patología.

Sara Teller, física y doctora en Neurociencia, y Ferran Cases, divulgador y escritor, te invitan a descubrir todos los secretos del cerebro para que así consigas olvidarte de la ansiedad para siempre.

Grijalbo

LOS AUTORES



© Cristina Martín

Ferran Cases (1984, Barcelona) es escritor, divulgador y creador de *BYE BYE ANSIEDAD*, uno de los métodos más exitosos del momento dedicado a la superación de esta patología.

Después de quince años sufriendola, consiguió vencerla y hace ya más de diez años que se dedica a difundir cómo fue su camino de superación, llegando a convertirse a día de hoy en uno de los referentes del tema en habla hispana.

Junto con su equipo de profesionales y a través de sus libros ha ayudado ya a más de 8000 personas a superar su miedo y vencer de una vez y para siempre la ansiedad.

 [ferrancases](#)

Sara Teller (1986, Barcelona) es física y doctora en Neurociencia por la Universidad de Barcelona (UB). Ha estado años investigando con grupos líderes en el campo de la neurociencia dentro del laboratorio liderado por el Dr. Jordi Soriano en la UB. Actualmente trabaja como *research manager* en el Instituto de Investigación en Sistemas Complejos (UBICS). Ha complementado su formación académica con otra de sus pasiones, el yoga. Lleva años impartiendo talleres de neurociencia y yoga para personas que sufren de ansiedad.

 [sara_teller](#)

Contacto:
Bibiana Ripol
(+34) 607 712 408
bibiana@ripol.es

Grijalbo es un sello de



Penguin
Random House
Grupo Editorial