

## Pobre Cerebro Los Efectos De La Pobreza Sobre El Desarrollo Cognitivo Y Emocional Y Lo Que La Neurociencia Puede Hacer Para Prevenirlo Singular Spanish Edition

Si quieres aprender a dejar de procrastinar, ser improductivo y tener un mal sentido del manejo del tiempo, sigue leyendo... ¿Tienes problemas para priorizar tareas? ¿Luchas para terminar de metas establecidas a tiempo? ¿Eres constantemente interrumpido? ¿Tienes problemas para conocer el propósito de tu vida? Si lo hace, dentro de este libro, varios tipos de personas exitosas han compartido sus conocimientos sobre cómo superar estos problemas y más. En esta guía definitiva, se te enseñará: - Múltiples trucos sobre cómo aumentar su productividad. - Un desglose de la procrastinación y la estrategia más poderosa que puede hacer para detener la procrastinación. - Por qué administrar tu tiempo de manera efectiva puede ayudarte a tener una vida más plena. - Cómo un enfoque particular puede guiarte para encontrar el propósito de tu vida. - Comprender por qué algunas personas nunca mejorarán su vida debido a la procrastinación, la falta de productividad o la mala gestión del tiempo. - Y mucho, mucho más. Los métodos y conocimientos probados en este libro son muy fáciles de seguir. Incluso si nunca ha reconocido que alguno de estos aspectos puede retrasarlo, aún podrás mejorarlos. ¿Te gustaría saber más? Descárgalo ahora si quieres tener una vida productiva y deseas tener éxito. Desplázate hasta la parte superior de la página y selecciona el botón "Comprar ahora" hoy.

Ya no es necesario tolerar los “deslices” que antes se creían típicos de la vejez, como lagunas mentales, lentitud de pensamiento o algunas enfermedades degenerativas. Incluye más de 100 juegos y ejercicios, 30 deliciosas recetas para nutrir la mente y muchos consejos y trucos para la vida diaria.

La ciencia del autocontrol: cómo aplicarla a la solución de problemas aborda conceptos muy importantes para las personas en general y para los estudiantes de psicología en particular, interesados en comprender el por qué los humanos en ocasiones tomamos decisiones que nos causan una serie de problemas derivados de no considerar y reflexionar todas las diferentes alternativas. El autocontrol debe ser un principio básico que todo psicólogo debe aprender en el aula, porque está implicado en una serie de comportamientos que permite a las personas tener una vida saludable en todos los ámbitos. También es un comportamiento que se debe aprender desde las etapas iniciales de la vida pues, como se verá en cada uno de los capítulos, es central para la adquisición de hábitos sanos. En esta obra el lector no sólo encontrará los principios básicos del autocontrol, sino una guía para realizar cambios en beneficio de sí mismo.

“No pienso que haya orgullo e impertinencia en escribir la historia de la propia vida y aún menos en elegir, en los recuerdos que esa vida ha dejado en nosotros, los que merezcan la pena de ser conservados. Esto, para mí, resulta por otra parte, un penoso deber, ya que nada hay tan difícil como definirse a sí mismo. El estudio del corazón humano es de tal naturaleza, que cuanto más se adelanta en él menos claro se ve; y para ciertos espíritus activos, conocerse resulta un estudio fastidioso y siempre incompleto. Sin embargo, cumpliré ese deber; lo he tenido siempre ante mis ojos; me he prometido no morir sin hacer lo que en toda ocasión aconsejé a los demás: un estudio sincero y un examen atento de la naturaleza y de la existencia propias.”

«José Ramón Alonso destila humanidad y eso hace que sea un placer leerlo y escucharlo. Sus historia sobre la Neurociencia son amenas y asombrosas. Un buen material para saber quiénes somos.» Ima Sanchís, La Vanguardia, La Contra. «Con sólo un kilo y medio de peso, el cerebro es la estructura más fascinante del Universo. Cerca de ochenta y seis mil millones de neuronas conectadas entre sí por billones de contactos. En él residen nuestro pasado, nuestro presente y nuestro futuro. Conocer su inexplorada historia, es conocer el palpitante relato de la humanidad.» Los ríos de Babilonia, momias, papiros, la antigua China, los anatomistas holandeses, Hipócrates, Swammerdam, Leonardo, Hooke, Paré, los sabios de la Salpêtrière, Parkinson y Mao, Jackson, Jekyll y Hyde, el duelo de la salchicha y la teoría celular, el insólito caso de Phineas Gage, el bulldog de Darwin y el gorila, Watson y el pequeño Albert, la luchadora Lina Stern, los Vogt y el cerebro de Lenin, los mapas corticales de Brodmann, el axón gigante del calamar, el hombre de las babosas... Siempre hemos querido saber dónde residía el genio y cómo surgía la locura, qué era aquello que nos distinguía de los animales, si éramos el receptáculo de espíritus pensantes o un autómatas que respondía de forma refleja a los estímulos que recibía. De Galeno a Cajal, de Descartes a Rita Levi-Montalcini hemos escudriñado a lo largo de la historia qué se escondía dentro de nuestro cráneo y cómo nos convertía en quienes éramos. Estudiar la historia del cerebro a lo largo de los siglos es una lección de ciencia y de historia, una introducción a la evolución del pensamiento, a la visión del hombre en cada época, a una historia llena de pasiones y de creatividad, de personajes conocidos y otros olvidados, de ideas arrastradas por el torrente de los tiempos y otras que, incluso rechazadas, siguen entre nosotros. José Ramón Alonso nos relata de manera descriptiva, a la par que amena, cómo la ciencia ha ido descubriendo y entendiendo el órgano más esencial para ser humano; cómo ha evolucionado su conocimiento, su concepción, sus funciones, las enfermedades que nos atormentan, la psiquiatría, la cirugía, la neurociencia... Esta es la historia de la humanidad. «El cerebro es la herramienta para nuestra curiosidad sobre el mundo. El motor de los avances científicos y tecnológicos. Nuestro éxito evolutivo como especie. Somos lo que nuestro cerebro es.»

¿Alguna vez te has preguntado sobre el potencial sin explotar de tu cerebro? En promedio, el hombre sólo utiliza alrededor del 3% del potencial de potencia de este órgano milagroso de tres libras (peso aproximado). Este porcentaje representa los mensajes que nuestra mente consciente recibe y entiende. El otro 98% de nuestra capacidad intelectual está escondido en nuestra mente subconsciente. Cada uno de nosotros tiene el potencial de aprovechar este poder oculto y usarlo para enriquecer nuestras vidas y nuestro sustento. A continuación se muestra más información y los títulos de los artículos que usted está acerca de tener dentro de este eBook: Una forma única de mejorar sus habilidades cognitivas es ayudar a sus hijos con la tarea ¿Está pensando en piloto automático Los ejercicios cerebrales pueden ayudar a reducir el riesgo de enfermedades mentales Al experimentar cosas nuevas en su vida, su cerebro será más saludable ¿Puede la aromaterapia estimular su actividad cerebral Hacer sus cálculos a mano es una gran manera de mantener su mente activa Fomento el aprendizaje asumiendo un nuevo pasatiempo La educación superior como adulto puede ayudar a ejercitar el cerebro ¿Cómo puedo mejorar mi memoria? Mejorar su memoria con ejercicios cerebrales Aprende una nueva palabra todos los días para ejercitar tu cerebro Hábitos de estilo de vida que le ayudarán a mantener una mente saludable No hacer suficiente ejercicio físico puede reducir sus capacidades cognitivas Jugar juegos es una forma divertida de ejercitar su cerebro Leer es un gran ejercicio para la mente Estimula tu cerebro cada mañana antes de levantarte de la cama Consejos a tener en cuenta cuando usted está trabajando para mejorar la forma en que piensa Viajar se considera una excelente manera de mejorar su proceso de pensamiento Usa tus manos para estimular tu cerebro Caminar ofrece grandes beneficios para sus actividades cerebrales Y mucho más...

¿Sabías que las emociones aumentan nuestra memoria? ¿O que los ejercicios de los músculos pequeños ayudan a desarrollar el cerebro? Las primeras experiencias de los niños, contribuyen a desarrollar la estructura de su cerebro y sus capacidades. La calidad, cantidad y consistencia de la estimulación determinarán, en gran medida, el número de sinapsis que se forman en el cerebro y el desarrollo cognitivo y emocional. Un libro lleno de información y de ideas que traduce las últimas investigaciones sobre el cerebro en actividades prácticas y fáciles

de realizar con los más pequeños, desde bebés, a niños y niñas en edad escolar. Explora también las influencias ambientales que mejoran las funciones cerebrales y facilita abundantes estrategias, muy sugerentes, para ayudar a optimizar el aprendizaje, aplicando los conocimientos que brinda la neurociencia.

¡Ejercite su cerebro para que sea más eficaz y diviértase! Practique con los juegos de números y letras, los rompecabezas lógicos, los test de visualización y de memoria. \* Aprenda cómo funciona su cerebro. \* Póngase a prueba realizando nuevos ejercicios. \* Mejore su capacidad mental.

Este libro describe las bases neurobiológicas del desarrollo humano y cómo las condiciones ambientales inciden en el crecimiento y las oportunidades en cada momento del ciclo vital, incluso antes del nacimiento. Con palabras sencillas que reúnen años de investigación, explica que nuestro cerebro, desde su formación, es sensible al estrés, al maltrato, a la carencia física y afectiva, a la desnutrición. Pero no se detiene en un diagnóstico funesto: con pruebas de primera mano, argumenta que al conocer los destructivos mecanismos de la privación en la infancia podemos contener y contrarrestar sus efectos. La ciencia no puede eludir esa tarea. Por eso, en este libro se reseña, de modo accesible para cualquier lector, diferentes iniciativas y programas sistemáticos y sus sorprendentes logros.

¿Qué pasará cuando seamos inmortales? Para responder a esta pregunta Pedrojuán Gironés ha escrito esta novela, cuyo argumento respeta casi todas las leyes conocidas de la física. Un relato inaudito que proyecta hacia el futuro el actual curso de la historia. Viajaremos de la mano de personajes inmortales desde el planeta Tierra en el siglo XX hasta los confines de la Vía Láctea dentro de tres millones de años. En este viaje en el que la humanidad se expande por el espacio, veremos civilizaciones enteras nacer y perecer, encontraremos vida alienígena, soñaremos con la posibilidad de nuestra propia inmortalidad y no podremos evitar reflexionar sobre nuestro papel, hoy en día, en esta pequeña canica azul en la que vivimos, antes de que nuestro tiempo se consuma.

Está compuesto por los siguientes títulos: Sobre el Piélagos, Icada, Nevada, Diada y Novelas antes de tiempo.

Esta obra reúne varias contribuciones derivadas de las XXXIX Jornadas Internacionales de Derecho Penal, realizadas en la Universidad Externado de Colombia en agosto de 2017. El tema de discusión se centró en las modificaciones legislativas con alto impacto en el Derecho Penal colombiano, especialmente la recién creada Jurisdicción Especial para la Paz (JEP), producto del acuerdo final suscrito por los plenipotenciarios del Gobierno Nacional y de las Farc-EP en La Habana en noviembre de 2016, y la novedosa figura del acusador privado en el procedimiento penal colombiano incorporada en la Ley 1826 de 2017. Las investigaciones de los autores abordan temas que requieren especial atención y cuidado en el Derecho Penal internacional, en el ámbito nacional y en la justicia transicional. Así mismo, se estudia el procedimiento abreviado y la figura del acusador privado en el procedimiento penal, los cuales otorgan nuevos instrumentos jurídicos y facultades a las víctimas. Sin duda, los profesionales estudiosos del Derecho Penal y la ciudadanía interesada en las discusiones jurídicas y políticas encontrarán en este material un importante insumo crítico de estas nuevas legislaciones.

Desde un enfoque bio-psico-social la Biogerontología se encarga del estudio de los procesos que subyacen y/o regulan el envejecimiento, desde el nivel molecular hasta el del organismo. Sus quince capítulos se corresponden con las lecciones de la asignatura del mismo nombre que se imparte en la Facultad de Medicina de la Universidad de Cantabria. Con este tratado se pone a disposición del lector una parte importante del conocimiento disponible acerca del proceso de envejecimiento en los seres vivos, y responde a la realidad del aumento de esperanza de vida en nuestra sociedad.

El primer libro que habla de las enfermedades cerebrales y el bienestar neurológico como elementos vitales para la salud femenina. Trastorno de ansiedad, depresión, migraña, lesiones cerebrales, accidentes neurovasculares, alzhéimer: las mujeres los padecen todos con más frecuencia que los hombres. Sin embargo, el factor neurológico no suele considerarse primordial cuando hablamos de los aspectos centrales de la salud de ellas. Ahora, la Dra. Lisa Mosconi presenta un plan para afrontar las vulnerabilidades y fortalezas propias del cerebro femenino. El cerebro XX parte de las diferencias fundamentales en el envejecimiento cerebral de hombres y mujeres, específicamente por la acción de las hormonas, para entender por qué los cambios que experimentamos con la edad tienen efectos tan dispares. Desde el manejo del insomnio y la depresión hasta las controvertidas terapias hormonales y el papel de nuestro microbioma en el bienestar, la Dra. Mosconi analiza lo que sabemos sobre el envejecimiento femenino y presenta evidencia científica de avanzada para proteger nuestro cerebro con un plan de alimentación, reducción de estrés y mejora de la calidad del sueño. El resultado es a la vez un llamado para que todas las mujeres tengan la información completa sobre lo que ocurre con su cerebro y su cuerpo, y un camino concreto para acceder al bienestar neurológico de manera óptima y permanente. Best seller de The New York Times. "Un libro que aprovecha el conocimiento científico más reciente para ayudar a las mujeres a mejorar su salud cognitiva y retomar el control de su destino neurológico." David Perlmutter, autor de Cerebro de pan y Más allá de tu cerebro

El presente libro parte de una idea feliz: considerar el cerebro y el universo como dos entidades parecidas, aunque a distinta escala. Mediante este enfoque, alejado de todo paralelismo superficial, David Jou revela similitudes profundas y sorprendentes: la inmensidad cósmica es condición necesaria para la existencia del cerebro; el procesamiento de la información en el cosmos y en la mente humana sigue pautas afines; en los dos ámbitos resultan fundamentales los llamados «componentes oscuros» (la glía para la computación neuronal y el universo invisible sobre la materia visible); la física cuántica parece desempeñar un papel sutil tanto en las galaxias como en las sinapsis cerebrales. Contemplar el universo como un inmenso ordenador nos lleva a preguntas cruciales sobre su «programa» y su «memoria»: ¿es de tipo matemático o tiene una lógica más amplia? ¿Conserva la memoria del cosmos rastro de nosotros, o desaparecemos de ella como se desvanecen los recuerdos en el cerebro? ¿Podrá seguir realizando cálculos eternamente un universo cada vez más diluido y frío? Del mismo modo, ver el cerebro como un universo subraya su vertiginosa complejidad, su dinamismo fascinante y su portentosa capacidad de abrirse a lo cósmico en busca de respuestas sobre el origen y el sentido de las cosas. Autor: David Jou Mirabent (Sitges, Barcelona, 1953) es

catedrático de física en la Universitat Autònoma de Barcelona y ha desarrollado una extensa obra de investigación en termodinámica de procesos irreversibles, con cinco libros y más de doscientos artículos publicados en editoriales y revistas de difusión internacional. Ha obtenido, entre otros, el premio Rey Juan Carlos I (1986), la medalla Narcís Monturiol (1991) y el premio Ciutat de Barcelona (1993). Su último libro es Reescribiendo el Génesis. De la gloria de Dios al sabotaje del universo (2008). Tiene una prestigiosa trayectoria como poeta en lengua catalana.

Hoy en día, la mayoría de nosotros conocemos el efecto negativo que tiene un elevado nivel de azúcar en sangre para la salud cardiovascular, sin embargo, muy pocos saben que la resistencia a la insulina daña gravemente el cerebro. Las investigaciones han demostrado que esta condición, que puede conducirnos a la diabetes, también puede provocar pérdida de memoria y demencia, e incluso ser el origen de la enfermedad de Alzheimer. En Cerebro óptimo, ágil y sin pérdida de memoria, el doctor Masley ofrece las herramientas necesarias para revertir esta resistencia y detener el deterioro cerebral antes de que sea demasiado tarde. Un manual paso a paso para mejorar la función cognitiva y luchar contra la pérdida de memoria, e incluso reestablecerla, en el que nos propone la dieta y el estilo de vida que pueden conducirnos a la verdadera salud neurológica. Además, encontrarás cincuenta deliciosas recetas, diseñadas para conseguir una salud física y mental óptima, ejercicios para evaluar tu función cognitiva, y mucho más.

Son nuestros genes los que dictan que tengamos cierto color de pelo, condiciones para la música o el básquet, predisposición a enfermarnos de algunas cosas. Pero no sólo de genes se hace el hombre (ni la mujer), y el que logremos ser personas autónomas, capaces de concebir y construir proyectos de vida, depende de mucho más. El afecto, el pan, el estímulo intelectual y hasta las vacaciones (o sea, el ambiente en que nos criamos) son desde muy temprano fundamentales para el crecimiento de ese sistema nervioso que nos hará ser quienes somos. Pobre del cerebro cuando faltan, aunque hoy sabemos que hay mucho que puede hacerse. Este libro describe las bases neurobiológicas del desarrollo humano y cómo las condiciones ambientales inciden en el crecimiento y las oportunidades en cada momento del ciclo vital, incluso antes del nacimiento. Con palabras sencillas que reúnen años de investigación, explica que nuestro cerebro, desde su formación, es sensible al estrés, al maltrato, a la carencia física y afectiva, a la desnutrición. Pero no se detiene en un diagnóstico funesto: con pruebas de primera mano, argumenta que al conocer los destructivos mecanismos de la privación en la infancia podemos contener y contrarrestar sus efectos. La ciencia no puede eludir esa tarea. Por eso, Sebastián Lipina reseña, de modo accesible para cualquier lector, diferentes iniciativas y programas sistemáticos y sus sorprendentes logros. Con las herramientas de la neurociencia, de la sociología y de la ética, el autor nos abre los ojos a las facetas menos conocidas de la desigualdad, y propone una suerte de "agenda neurocientífica de la pobreza" que nos permita actuar para mejorar la vida de las personas y, sobre todo, para que vivamos en un mundo más justo.

Un programa comprobado y sin medicamentos para tratar la causa - no solo los síntomas - del trastorno del espectro autista, ADHD, la dislexia y otras afecciones. Basado en años de investigación científica, el revolucionario Programa Brain Balance (Programa de Equilibrio Cerebral) del doctor Robert Melillo ha logrado resultados reales y totalmente documentados que han mejorado sustancialmente la calidad de vida de los niños afectados y de sus familias. Recientemente actualizado para reflejar los últimos desarrollos de investigación, Niños Desconectados enseña a los padres cómo usar este enfoque libre de drogas en el hogar, que incluye: • Ejercicios totalmente personalizables dirigidos al rendimiento físico, sensorial y académico. • Un plan de modificación de comportamiento. • Consejos para identificar las sensibilidades de los alimentos que desempeñan un papel oculto. • Un programa de seguimiento que ayuda a garantizar resultados duraderos. "Niños Desconectados ofrece un nuevo enfoque visionario para ayudar a muchos niños con problemas cerebrales. Estas importante ideas agregan mucho a nuestro conjunto de herramientas para el cuidado". Daniel Goleman, autor de Inteligencia Emocional.

En la actualidad, los procesos de enseñanza-aprendizaje se componen cada vez más del trinomio: educación-innovación-TIC, lo que ha implicado grandes retos, pero también extraordinarias oportunidades para las personas que en el proceso intervienen, como los profesores, estudiantes, autoridades institucionales, gobiernos, organismos nacionales e internacionales y demás involucrados. Por lo anterior, esta obra recopila estudios, aportes y reflexiones de investigadores, en su mayoría profesores de instituciones de educación media superior y superior, sobre la incorporación de diferentes tecnologías en los procesos de enseñanza-aprendizaje, desde enfoques innovadores que buscan enriquecer favorablemente los procesos en el ámbito de la educación en las modalidades presenciales y a distancia, haciendo uso de las tecnologías de la información y teniendo presente la calidad educativa. Temáticas como la sociedad de la información, sociedad del conocimiento, herramientas virtuales, el saber ser, motivación de los estudiantes, desarrollo de estrategias de aprendizaje, la neurociencia, cátedra y aprendizaje de la paz, el software educativo, MOOC, herramientas Web 2.0, la modalidad virtual, el m-learning, el trabajo colegiado, la evaluación educativa y algunas experiencias particulares de proyectos en instituciones educativas, pueden ser revisados y estudiados a detalle con la lectura del contenido de esta obra.

¿Alguna vez has sentido que tu cerebro es tu peor enemigo? ¿Te sientes ansioso, deprimido y sin ánimos de trabajar? Entonces este libro es para ti, puedes mejorar todos los aspectos de tu vida aprovechando los beneficios de la neuroplasticidad. Todos hemos sentido en algún momento que nuestra conflictuada cabeza hace que todo sea más difícil o tenemos problemas para dormir porque no dejamos de repasar todo lo malo que pasa en nuestra vida, pero esto es solo una ilusión, no es que el mundo sea tan sombrío como piensas, es solo tu cerebro que te está jugando una mala pasada. Tu cerebro es una máquina incansable que trabaja noche y día, pero a veces parece que está en tu contra, te puede hacerte sentir presionado y desmotivado cuando te enfrentas a algún evento importante. Pero esto no tiene que ser así, con las técnicas adecuadas puedes enseñarle a tu cerebro a ser más poderoso y a sobreponerse de cualquier problema. Se solía pensar que el cerebro de los adultos era inalterable y que no había nada que se pudiera hacer para mejorarlo, sin embargo, con los nuevos descubrimientos de las ciencias neuronales ahora sabemos que tu cerebro puede cambiar sus conexiones neuronales y producir neuronas nuevas para mantenerse saludable. Si sufre de problemas de ansiedad o estrés con la ayuda de este libro puedes resetear tu cerebro para reemplazar los pensamientos negativos y los malos hábitos por pensamientos positivos y hábitos saludables. Este libro te ofrece una amplia guía por el mundo de la neuroplasticidad y sus aplicaciones a tu vida diaria. En Reprogramando tu cerebro encontrarás: - Cómo reconocer un trastorno mental - ¿Qué es la neuroplasticidad y cómo puede mejorar tu vida? - La importancia de los pensamientos en tu calidad de vida y cómo pueden ayudarte a superar cualquier problema que se cruce en tu camino - La importancia de la motivación y técnicas para ejercitarla - Consejos prácticos para tener una mente más despejada y fuerte - Cómo dejar ir aquello que no puedes controlar y librarte de un

gran peso emocional - Y mucho más... Todos estos consejos te ayudarán a tener un estilo de vida más saludable, a entender mejor la forma en la que funciona tu cerebro y cómo desarrollar conexiones neuronales nuevas para cambiar la programación de tu cerebro y tu vida en general. Este libro está lleno de información útil, con los últimos descubrimientos científicos en el ramo de las neurociencias y todos los pormenores de la plasticidad neuronal. Será tu guía en el proceso de reprogramar tu computadora cerebral para tener una mente relajada y pacífica que ya no juegue en tu contra.

La primera asociación europea de aficionados a la literatura policíaca lleva por nombre 813, en homenaje a la que es considerada por muchos como la mejor novela de Maurice Leblanc. En esta nueva entrega de la serie policial del popular autor francés, Lupin es falsamente acusado de lo que parece un asesinato perfecto, que va más allá de la capacidad de la policía. La muerte de Kesselbach pone al descubierto una intriga y un misterioso paquete de cartas oculto en un castillo, y el único modo que tendrá de demostrar su inocencia y desentrañar el misterio será poniéndose él mismo al frente de la investigación, pero con un costo muy alto: tres personas mueren por su causa. Tan popular y emblemático como Sherlock Holmes o acaso más, Arsenio Lupin es un personaje inolvidable, convertido ya en leyenda. Experto en derecho y medicina, diestro en artes marciales, además de prestidigitador y auténtico seductor, Lupin es un héroe de los bajos fondos a quien nadie gana en sagacidad. Tanta ha sido su popularidad que el personaje ha aparecido en numerosas secuelas escritas por otros autores, en películas, y en adaptaciones para televisión, teatro y cómic.

Esta nueva edición del Stryer mantiene todas las características que han hecho de esta obra un auténtico best-seller en la enseñanza de la materia. Las razones de este éxito son diversas: texto claro y riguroso, contenido amplio y actualizado, ilustrado, ilustraciones didácticas y atractivas... En esta sexta edición se han enriquecido y actualizado sus contenidos, destacando las siguientes aportaciones: se pone un mayor énfasis en los aspectos fisiológicos, se ofrece una perspectiva molecular de la evolución y se incluyen nuevos capítulos sobre la hemoglobina y el desarrollo de fármacos, así como nuevas aplicaciones clínicas y mejores visualizaciones de las estructuras moleculares. Es de destacar el material complementario incluido en la espectacular página web del libro ([www.whfreeman.com/stryer](http://www.whfreeman.com/stryer) y próximamente en [www.reverte.com/stryer](http://www.reverte.com/stryer)), muy útil para facilitar el proceso de aprendizaje.

[Copyright: f0673f6f44a508752a05dccd7e973340](https://www.whfreeman.com/stryer)