

DRA. FRANCES E. JENSEN

com AMY ELLIS NUTT

**O
CÉREBRO
ADOLESCENTE**

**GUIA DE SOBREVIVÊNCIA
PARA CRIAR ADOLESCENTES
E JOVENS ADULTOS**



Resumo de O Cérebro Adolescente. Guia de Sobrevivência Para Criar Adolescentes e Jovens Adultos

Por muitos anos, cientistas acreditaram que o cérebro adolescente era essencialmente como o de um adulto, apenas com menos experiência. Na última década, porém, neurologia e neurociência revelaram que nos anos da adolescência acontecem estágios vitais de desenvolvimento do cérebro.

Intrigada com o comportamento dos próprios filhos adolescentes, a neurologista Frances E. Jensen analisou diversos dados de pesquisa para entender o funcionamento do cérebro jovem, assim como seu desenvolvimento no que se refere a aprendizagem, capacidade de realizar multitarefas, tomada de decisões, estresse, memória, sono e propensão ao vício.

Ao revelar suas descobertas, a neurocientista não apenas dissipa antigos mitos sobre os adolescentes, como também oferece sugestões práticas de como agir frente a determinados momentos dessa fase da vida.

Rigoroso em suas bases científicas, mas acessível; afetuoso, porém firme, *O cérebro adolescente* lança nova luz sobre o cérebro — e o comportamento — dos adolescentes e dos jovens adultos, revelando-se uma valiosa ajuda para pais, educadores e os próprios jovens atravessarem a adolescência da forma mais tranquila possível.

A abordagem quase pessoal da autora, falando de neurociência e do comportamento jovem amparada em sua vivência com os próprios filhos, faz de *O cérebro adolescente* uma leitura simples e descomplicada, repleta de exemplos universais, familiares a qualquer pessoa que lide com adolescentes, seja em casa ou na profissão.

“Meticulosamente fundamentado, confirma que os pais estão certos ao pensar que os filhos nessa fase não têm tudo sob controle.”— Kirkus Reviews “O bom discurso científico traduzido diretamente em boas

dicas de como criar filhos.” — The New York Times Book Review

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)