

Suzana Herculano-Houzel

Apresentadora do quadro "NeuroLÓGICA" do *Fantástico*

PÍLULAS DE NEUROCIÊNCIA PARA UMA VIDA MELHOR



SEXTANTE

Resumo de Pílulas de Neurociência Para Uma Vida Melhor

Conhecer o funcionamento do cérebro nos ajuda a lidar com diversos aspectos da vida: da resolução de conflitos à melhor forma de chegar a resultados mais produtivos; da criação de filhos carinhosos e autoconfiantes à manutenção da paixão no relacionamento.

Com o texto informativo e agradável que a levou às colunas de jornais como O Estado de São Paulo e Folha de São Paulo e delas para o quadro "NeuroLÓGICA" do Fantástico, Suzana Herculano-Houzel apresenta aqui a neurociência nossa de cada dia e a lógica por trás de comportamentos humanos banais, e mostra como as descobertas científicas podem nos permitir alcançar mais saúde, satisfação e bem-estar.

Cada seção do livro traz assuntos relativos a lazer, saúde física e mental, bem como aspectos da vida em geral – sozinho, a dois, em família ou em sociedade.

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