

El cerebro consume mucha energía

Representa solo el 2% del peso corporal, pero utiliza el 20% de energía y oxígeno del cuerpo, incluso cuando esta descansando.



La conexión mente-cuerpo

Los efectos de estrés, las emociones y el pensamiento positivo son claros, pero el mecanismo detrás de esta conexión no se comprende del todo.

