



ALBERT FIGUERAS

Médico y escritor reconocido internacionalmente .

BCC
CONFERENCIANTES

Albert Figueras es médico y escritor, y ofrece a través de una visión humanística las formas de mejorar nuestra vida en todos los ámbitos.

En su libro, **“Optimizar la vida: claves para reconocer la felicidad”**, hace un recorrido por los temas fundamentales de la existencia del hombre contemporáneo (ansiedad, estrés, soledad, depresión). Aplica sobre ellos una mirada científica que busca explicaciones fundadas en hechos biológicos sin olvidar la impronta de la cultura y de la experiencia personal de cada uno.

“Los placebos de la vida” explica las razones por las que determinados momentos y sensaciones (como escuchar música, las relaciones humanas placenteras, practicar ejercicio o simplemente charlar) aportan beneficios al ser humano, reducen el dolor, la ansiedad e, indirectamente, las consecuencias negativas del estrés. Promueve el uso racional de los medicamentos, área en la que es consultor internacional.

En su última publicación, **“Pura felicidad”**, Albert Figueras responde a esta interesante pregunta: ¿Ser felices, influye directamente sobre la salud? Albert asegura que la felicidad y el optimismo son cosas aparentemente insignificantes, pero que resultan esenciales para la vida saludable. Y, curiosamente, ambos estados se contagian y nos hacen más atractivos ante los demás.





Su mensaje está lleno de sentido común y tiene una gran aplicación en el mundo empresarial además de ser altamente recomendable para ser difundido entre personas no especializadas.

Albert es profesor asociado del departamento de farmacología de la Universidad Autónoma de Barcelona y profesor honorario del Departamento de Farmacología de la Universidad Nacional del Nordeste (Argentina).

Muy demandado tanto en España como en América Latina, Albert Figueras es un gran comunicador, cercano, humano y reflexivo, que cuenta con una gran experiencia en el mundo académico, científico y empresarial.

Como comunicador es cercano, humano y reflexivo, con una gran experiencia en el mundo académico, científico y empresarial y es muy demandado tanto en España como en América Latina.

Topics

- ❖ La neuroquímica de la vida cotidiana
- ❖ **Pequeñas grandes cosas – tus placebos personales**
- ❖ La gestión del éxito
- ❖ **El arte de viajar**
- ❖ Cómo despertar el deseo...
en la empresa, en la sociedad, en la vida
- ❖ **Optimizar la vida. Claves para reconocer la felicidad**
- ❖ La creatividad en nuestra vida

