

Image not found or type unknown



Fecha de publicación:

05/10/2026

Sello Editorial:

Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Gabriela Mogollón

Email:

gjmogollon@eplaneta.com.pe

Focus on/off

Oscar de Bos

El fenómeno editorial internacional que te enseña a mejorar tu productividad y recuperar la energía mental en un mundo plagado de distracciones.

El fenómeno editorial internacional que te enseña a mejorar tu productividad y recuperar la energía mental en un mundo plagado de distracciones.

Dos expertos en neuropsicología y productividad se apoyan en los últimos avances científicos para explicar con precisión cómo funciona la atención a nivel neurológico. Identifican las cuatro «fugas de concentración» más comunes que perturban de manera sistemática nuestra atención y ofrecen consejos, trucos y soluciones prácticas para ayudarnos a recuperarla.

Oscar de Bos

Oscar de Bos es el fundador de Focus Academy, una empresa de formación que ayuda a profesionales a dominar la ciencia de la productividad y la concentración. Junto con su equipo, desarrolla herramientas prácticas que van desde talleres y conferencias hasta *apps*, vídeos y libros. Descubre más sobre sus programas internacionales en focusacademy.com.