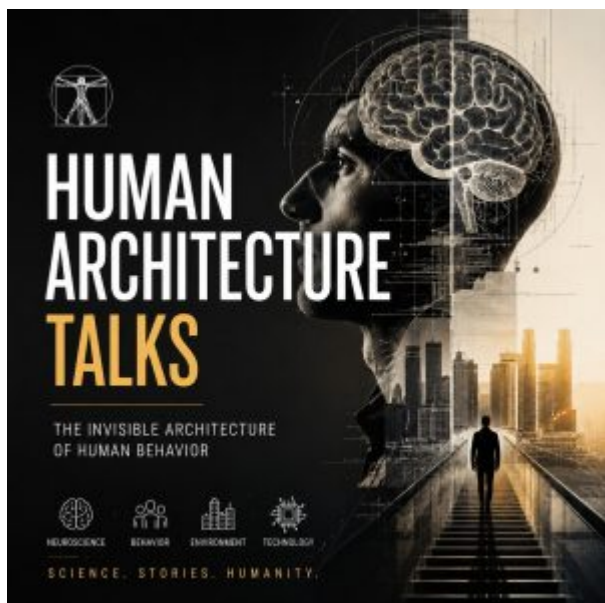




Podcasting

Descripción

Aquí puedes acceder a mis canales de podcast para escuchar mis ideas y pensamientos.



Vivimos rodeados de tecnología, información y estímulos constantes, pero entendemos muy poco cómo funcionamos realmente.

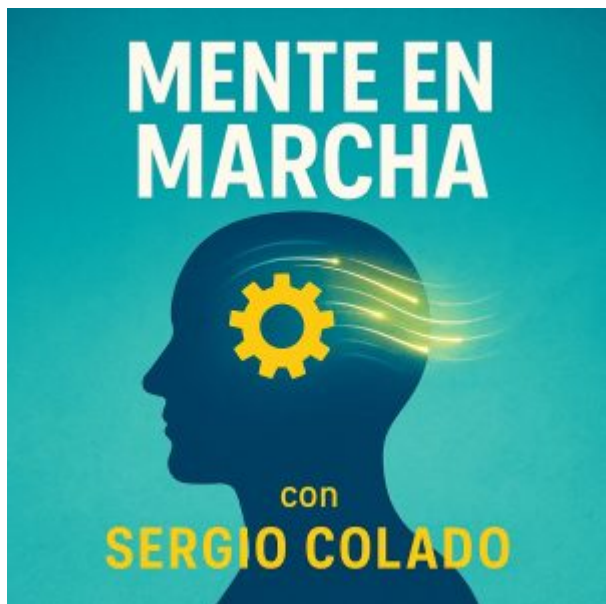
Human Architecture Talks es un podcast sobre el cerebro humano, el comportamiento, la sociedad y las fuerzas invisibles que condicionan nuestra vida diaria.

Neurociencia, deporte, liderazgo, ciudades, emociones, tecnología, estrés, motivación o inteligencia artificial explicados de forma clara, profunda y conectada con la vida real.

Un espacio para entender por qué hacemos lo que hacemos.

Y cómo el entorno, muchas veces sin que lo veamos, está moldeando quiénes somos.

[Accede al canal](#)



Mente en Marcha es tu espacio diario para entrenar la mente y mejorar tu calidad de vida personal y profesional. Con episodios cortos y prácticos, te acerco las claves de la neurociencia, la psicología y la tecnología explicadas de forma clara y cercana.

Escúchalo de camino al trabajo, mientras pones una lavadora o cocinas: cada día encontrarás una idea concreta para reducir el estrés, ganar foco, entrenar tu resiliencia y vivir con más energía y propósito. Pon tu mente en marcha y descubre cómo pequeños cambios pueden transformar tu día a día.

[Accede al canal](#)