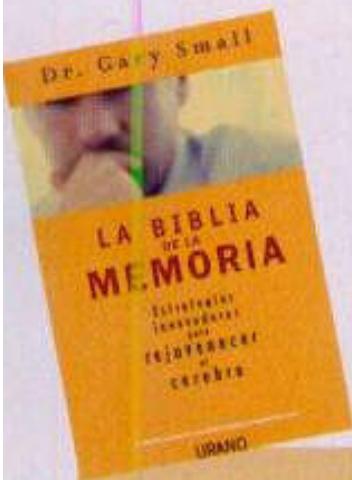


<b>Silueta</b> <small>de MUJER</small>	Tirada:	<b>359.457</b>	Sección:	-	
	Difusión:	<b>217.488</b> <b>(O.J.D)</b>	Espacio (Cm_2):	<b>80</b>	
<b>Nacional</b>	Audiencia:	<b>761.208</b> <b>(E.G.M)</b>	Ocupación (%):	<b>16%</b>	
		<b>01/11/2003</b>	Valor (Ptas.):	<b>162.352</b>	
<b>Mensual</b>			Valor (Euros):	<b>975,76</b>	Imagen: Si
			Página:	<b>105</b>	

## *La biblia de la memoria*

*Dr. Gary Small*  
*Editorial Urano*



**287 págs.**  
**12 €.**

**T**odas las personas olvidamos cosas o tenemos pequeños lapsus de memoria que, a veces, hacen que no recordemos por qué hemos entrado en una habitación o dónde hemos puesto las llaves. Con el paso de los años, estos olvidos suelen hacerse más frecuentes. Sin embargo, no hay razón para conformarse. El neurocientífico Gary Small asegura en este obra que podemos remediar fácilmente estos despistes y prevenir los futuros con un innovador programa destinado a ejercitar la memoria y rejuvenecer el cerebro. El programa abarca, entre otras cosas, ejercicios para mantener el cerebro en perfecto estado y consejos dietéticos para luchar contra el envejecimiento de este órgano vital.