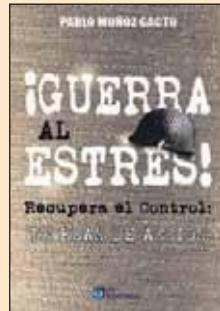


## ¡GUERRA AL ESTRÉS!

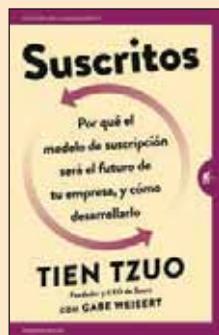
Autor: **Pablo Muñoz Gacto**  
Editorial: **Fundación Confemetal**  
Precio: **18 euros**  
Páginas: **196**



¿Sabes qué es el estrés y cómo te afecta? El estrés es hoy el principal problema de salud pública en nuestra sociedad. Un auténtico enemigo silencioso que provoca múltiples enfermedades, invadiendo todos los ámbitos de tu vida: personal, emocional, familiar, social, profesional... El estrés es necesario para adaptarte a los cambios y superar los problemas. Pero tienes que saber controlarlo y convertir a tu enemigo en un potente aliado. Descubre cómo las estrategias y tácticas militares más revolucionarias en la historia bélica te ayudarán a ganar la guerra contra el estrés.

## Suscritos

Autores: **Tien Tzuo y Gabe Wiesert**  
Editorial: **Empresa Activa**  
Precio: **17 euros**  
Páginas: **240**



Libro que se encuentra entre los 10 mejores libros de empresa de 2018 según la revista Forbes. Empresas con Netflix, Spotify o Salesforce son las más destacadas del modelo de negocio por suscripción, pero no las únicas, y se ha demostrado que las empresas que utilizan este modelo crecen mucho más rápido que las tradicionales. ¿Por qué? Simplemente porque conocen a sus clientes y, tener una base de clientes suscriptores satisfechos, es el mejor modelo económico. El tema es cómo convertir a consumidores en suscriptores. Tien Tzuo que ha ayudado a miles de empresas a efectuar la transición, nos cuenta en este libro cómo lo han hecho empresas como Adobe o incluso fábricas de guitarras como Fender o de maquinaria como Caterpillar.

## Cómo tener éxito en la vida

Autor: **Paul McGee**  
Editorial: **Empresa Activa**  
Precio: **14 euros**  
Páginas: **224**



Estamos inundados de consejos y trucos para ser más productivos y conseguir hacer más cosas, pero ¿estamos más satisfechos de nosotros mismos y somos más felices? Este libro separa el ruido de lo realmente importante, eliminando las modas y ayudándote a descubrir tu propósito. McGee lo hace con su estilo humorístico y retador que pone en cuestión muchas de las creencias bajo las cuales vivimos. Con este libro aprenderás entre otras cosas a identificar los siete factores imprescindibles para el éxito, a liberarte de tu pasado y abrazar el futuro, a gestionar tus preocupaciones y evitar la procrastinación, a restablecer tus relaciones personales. Además de todo eso, lo hace sacándote permanentemente una sonrisa mientras lo lees.

## La vertiginosa adaptabilidad de los mercados financieros: una explicación evolutiva

Autor: **Andrew W. Lo**  
Editorial: **Antoni Bosch**  
Precio: **26 euros**  
Páginas: **538**



¿Son los mercados racionales y eficientes, tal como asume la moderna teoría financiera, o son irracionales e ineficientes, como sostienen los economistas conductuales y como sugieren las burbujas y las crisis financieras?

Los economistas no se ponen de acuerdo sobre si los inversores y los mercados son racionales y eficientes, tal y como supone la moderna teoría de las finanzas, o irracionales e ineficientes, tal y como creen los economistas del comportamiento y como sugieren las burbujas y las crisis financieras. De cómo se resuelva este debate depende que se gestionen bien las inversiones financieras.