

«El libro que el mundo necesita para ganar la guerra contra la distracción».
ADAM GRANT

EL VALOR DE LA ATENCIÓN

POR QUÉ NOS LA ROBARON Y CÓMO RECUPERARLA

JOHANN HARI



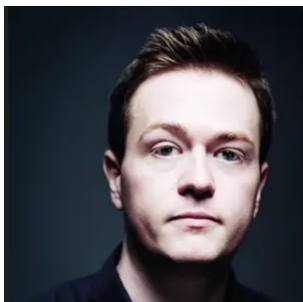
Fecha de publicación:
19/05/2023

Sello Editorial:
Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Melissa Moreno Cabrera

Email: mmorenoc@planeta.com.mx



El valor de la atención

Johann Hari

Por qué nos la robaron y cómo recuperarla

La atención ha entrado en una profunda crisis. ¿Cuáles son los motivos?, ¿quién nos la está robando?, y, más importante aún, ¿cómo podemos recuperar nuestra capacidad de concentración? Un demoledor ensayo que indaga en una de las grandes epidemias del momento y en sus posibles soluciones.

Según algunos de los últimos estudios publicados, los adolescentes solo son capaces de concentrarse en una tarea durante sesenta y cinco segundos, mientras que los adultos apenas pueden aguantar tres minutos. Como muchos de nosotros, Johann Hari es consciente del peligro que supone la omnipresencia de las pantallas, así como de esa imperiosa necesidad que nos asalta de pasar constantemente de un dispositivo a otro sin levantar la vista. Hoy en día, lograr el estado de concentración necesario para acometer labores intelectualmente complejas y exigentes es casi una quimera.

Hari decidió entrevistar a los principales expertos en concentración humana para identificar las causas de esta crisis. En *El valor de la atención* desglosa los doce factores que la generaron –desde nuestra incapacidad de dejar fluir la mente hasta la contaminación en las ciudades–, y denuncia a las poderosas empresas que nos están robando el foco. Además, nos da las herramientas para entender la situación, defendernos y recuperar nuestra capacidad de vivir con atención.

Pregúntate si tienes la capacidad de atención suficiente para leer este libro. Si es que sí, adelante, léelo. Si no... entonces con más razón aún

«Este libro es exactamente lo que el mundo necesita ahora mismo. Os prometo que merece la pena dedicarle tiempo y, por supuesto, vuestra atención.» **Oprah Winfrey**

«Este libro no puede ser más vital. Por favor, céntrate y léelo.» **Naomi Klein**

«Johann Hari apunta qué debemos hacer para protegernos a nosotros mismos, a nuestros hijos y a nuestras democracias.» **Hillary Clinton**

«Una exploración magníficamente investigada y argumentada del colapso de la capacidad de atención de la humanidad. Es una historia necesaria de contar, pero cuya causa y consecuencias son difíciles de captar y articular sin conjeturas, prejuicios o ideología. Hari no solo consigue esto y más, sino que lo hace con el ritmo, la chispa y la energía del mejor escritor de *thrillers*.» **Stephen Fry**

«El libro que el mundo necesita para ganar la guerra contra la distracción.» **Adam Grant**

Johann Hari

Es un periodista británico que ha escrito para *The New York Times*, *Los Angeles Times*, *The Guardian*, *Le Monde*, *The New Republic* y *The Nation*, entre otros. Fue columnista en *The Independent* durante nueve años y fue nombrado en dos ocasiones Periodista del año por Amnistía Internacional del Reino Unido (entre otros premios).

Hari cayó en desgracia cuando fue acusado de mala praxis periodística. Después de pasar un tiempo retirado, ha vuelto con *Tras el grito*, una obra que lo reconcilia definitivamente con sus colegas y con el periodismo.