

NOTA DE PRENSA

BARCELONA, 2024

**Dr. ÁLVARO BILBAO**

autor de *El cerebro del niño explicado a los padres*

**Prepárate  
para la  
vida**

Plataforma  
Editorial

# PREPÁRATE PARA LA VIDA

DR. ÁLVARO BILBAO



Todo lo que debes explicarles a tus hijos adolescentes, con las palabras y argumentos de Álvaro Bilbao en un libro directo, práctico y empático para adolescentes y sus familias.

¿Cómo construir una vida feliz? ¿Qué camino tomar en los estudios? ¿Qué pasa con el alcohol y las drogas? ¿Cómo gestionar el primer amor o el primer rechazo? ¿Cómo rodearse de buenos amigos? ¿Cuánto debería dormir?

Álvaro Bilbao, doctor en Psicología, neuropsicólogo, padre de tres hijos y autor del best seller *El cerebro del niño explicado a los padres* habla de una forma clara, sencilla y llena de sentido común para ofrecer herramientas que ya han ayudado a adolescentes a orientarse en un momento clave de sus vidas. Una ayuda esencial para todos los chicos y chicas que quieran comprender mejor cómo funciona su cerebro y para todos los padres y madres que necesiten encontrar las palabras y herramientas para ayudarles a iniciar su camino en la vida adulta con más calma y seguridad.

## FICHA TÉCNICA

**Encuadernación:** rústica

**Formato:** 140 x 220 mm

**Temática:** adolescencia, neuropsicología, familia, diálogo, educación

**Publicación:** 28 de febrero 2024

**ISBN:** 978-84-10079-26-7

**Páginas:** 232 | **Precio:** 19 €  
Disponibile en e-book.

## SOBRE EL AUTOR

Álvaro Bilbao es doctor en Psicología, neuropsicólogo y padre de tres niños. Formado en el Hospital Johns Hopkins y el Kennedy Krieger Institute, ha colaborado con la OMS y sus investigaciones le han valido diversos premios en el ámbito de la psicología y la neurociencia.

Es también autor de *Cuida tu cerebro* (2013), *El cerebro del niño explicado a los padres* (2015) *Todos a la cama* (2017), y *¡Hola, familia!* (2022) todos publicados por Plataforma Editorial. Es un autor best seller en educación, con más de 350.000 lectores y traducido a 24 idiomas.



---

Para más información, concertar entrevistas con el autor o coordinar publicaciones en prensa, no dudéis en contactar con nosotros.

[prensa@plataformaeditorial.com](mailto:prensa@plataformaeditorial.com)

938 30 74 55