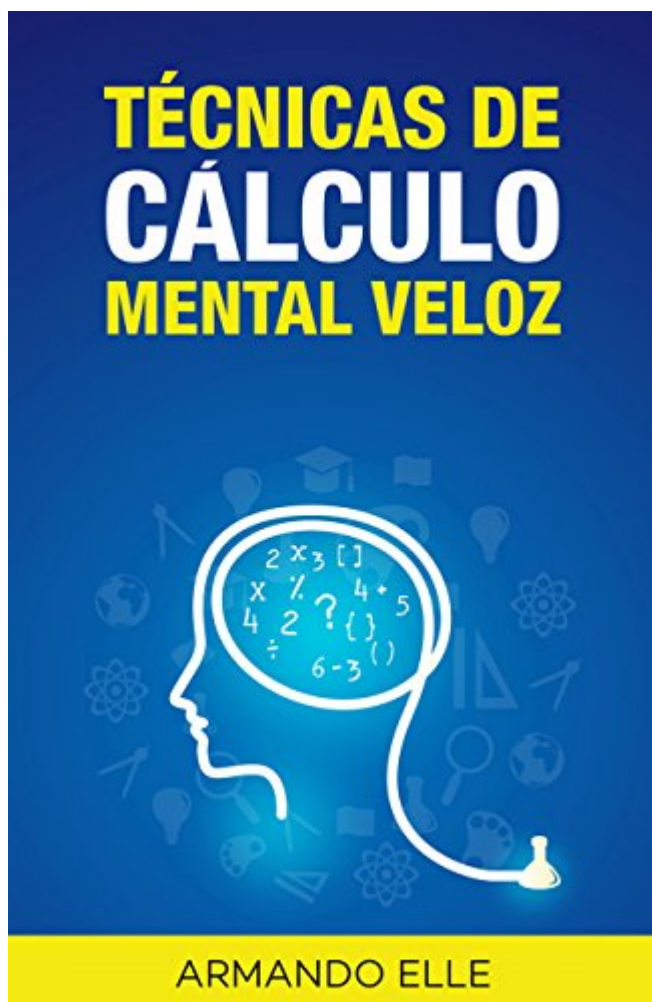


Técnicas de cálculo mental veloz Resumen



Armando Elle en [Técnicas de cálculo mental veloz](#) nos demuestra que es un genio, pero que nosotros también podemos serlo. Por lo menos en el área de las matemáticas.

Y comienza con un ejemplo claro: ¿cuál es el cuadrado de 65? Imposible de resolver en pocos segundos y sin lápiz y papel para la mayoría.

Ahí viene el truco: separar las unidades. Por un lado el 6, la cifra que indica las decenas. Multiplícala por sí misma más 1, o sea, por 7. Por otro lado, haz el cuadrado de 5 y colócalo al final del resultado, es decir, 25.

Entonces:

Primer paso: $6 \times (6 + 1) = 6 \times 7 = 42$.

Segundo paso: colocar 25 al final.

Resultado: 4225.

Fácil, rápido y sin la necesidad de una calculadora. Parece magia, pero es matemática. De eso se trata este manual. Técnicas explicadas paso a paso y por qué vale la pena conocerlas e implementarlas. ¿Estás listo? ¡Vamos!

Beneficios del cálculo mental veloz

El cálculo mental es una de las capacidades que las personas estamos perdiendo en el siglo XXI, por diferentes motivos. A pesar de que muchos creen que las calculadoras son más potentes que la mente humana, esto no es verdad.

La capacidad de realizar cálculos mentalmente es un ejercicio en sí mismo y su utilidad excede a simplemente llegar a un resultado. Puede ser una práctica emocionante que nos estimule intelectual y emotivamente.

Leía Todo El Resumen

De hecho, nos genera beneficios en diferentes áreas.

Estrategia: las técnicas de cálculo veloz no se limitan a la agilidad mental, sino también a la habilidad de saber escoger la estrategia adecuada a cada problema que enfrentemos.

Implica olvidar la manera mecánica de pensar que nos inculcaron en la escuela y que generó una distancia entre varios de nosotros y las matemáticas.

Te ayuda a analizar la situación, percibir los diferentes caminos que puedes seguir, seleccionar las técnicas apropiadas y combinarlas entre sí.

Agilidad mental: como ya fue mencionado, esta es la primera área beneficiada. Con el ejercicio mental, el cerebro se

agiliza, y se desarrollan también otras funciones como la memoria.

Disciplina Sin Lágrimas

Resumen

DISCIPLINA SIN LÁGRIMAS

UNA GUÍA IMPRESCINDIBLE PARA
ORIENTAR Y ALIMENTAR
EL DESARROLLO MENTAL DE TU HIJO



DANIEL J. SIEGEL
TINA PAYNE BRYSON

POR LOS AUTORES DEL BEST SELLER EL CEREBRO DEL NIÑO.



A través de conceptos claros y sencillos, Daniel J. Siegel y Tina Payne Bryson abordan un enfoque moderno sobre la disciplina en [Disciplina Sin Lágrimas](#). Reformulan el concepto, lo relacionan con la enseñanza y nos dan tips para aplicarlo con nuestros hijos. Si los pones en práctica podrás orientar y alimentar el desarrollo mental de los niños. ¿Estás preparado

para este cambio en la vida de tu familia?

Repensar la disciplina

A la disciplina parental comúnmente se la asocia a un castigo duro, que limite a futuro los errores o las “faltas” de los niños. Castigarlos, encerrarlos en sus habitaciones o algún otro correctivo similar.

Sin embargo Daniel J. Siegel y Tina Payne Bryson traen otra idea. Invitan a cómo actuar para que por tu parte la disciplina sea menos una reacción que genere miedo y más una respuesta que crea destrezas. Esto puede producirse mientras reduces el enfrentamiento y refuerzas la conexión con el infante.

Para lograr eso es necesario empezar por hacernos tres preguntas. Primero, ¿por qué me hijo ha actuado así? Segundo, ¿qué lección quiero dar en este momento? Y tercero, ¿Cuál es el mejor modo de enseñar esta lección?

Leía Todo El Resumen

Con estos tres planteos podrás abandonar más rápido el “piloto automático” que tomas cuando tu hijo se enoja o te falta el respeto.

Este enfoque surte efecto también con niños mayores a cuatro años. Puedes probar aplicarlo cuando tu niña de 9 años se resiste a hacer la tarea escolar.

Como niños diferentes requieren respuestas diferentes a las preguntas por qué-qué-cómo, no estamos diciendo que cualquiera de estas respuestas específicas vaya a ser necesariamente aplicable a tus hijos en un momento dado.

La clave radica en plantearse la disciplina de una forma nueva, en repensarla.

Inquebrantables Resumen



[Inquebrantables](#) explora una nueva alternativa para encarar el camino hacia el éxito. Provocador, audaz y directo, Daniel Habif te incita a cambiar tu vida dando un giro de 180° grados. No es algo sencillo, pero aprenderás a valorarte más a ti mismo y a conectarte de otra forma con el resto. ¿Tienes las agallas para hacerlo?

Amígate con el fracaso

Inquebrantables proporciona un cambio rotundo como libro. A diferencia del resto, que comienza con una introducción, este nos presenta primero el final. ¿Para qué? Sencillo: la mayoría

de los lectores abandona los textos tras el segundo capítulo y no llega al desenlace. Con esto esa alternativa se esfuma.

¿En qué consiste ser inquebrantable? Podría resumirse en una frase. *“Cuando no tienes, da y te darás cuenta de cuánto te sobra”*, señala en el inicio.

Soñar hasta que te tiemblen las piernas y pensar cuánto has logrado en lugar de cuánto de falta serán dos actitudes claves para lograr tus objetivos. Con la fe nada será imposible.

Aunque antes hay que conseguir algo primordial: amarte a tí mismo. Debe gustarte algo de tí. Al contrario de lo que nos enseñaron, no está mal apreciar nuestras virtudes. Es hora de dejar atrás la idea de no podríamos conseguir algo grande, que eso estaba reservado sólo para los genios y las estrellas.

Leía Todo El Resumen

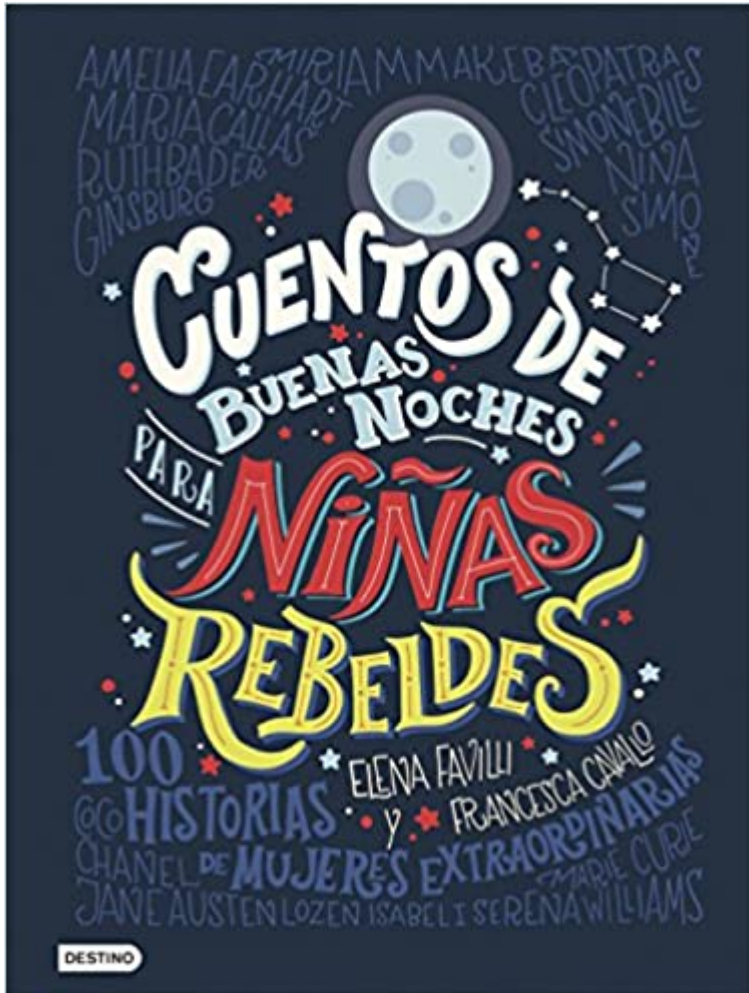
Ten en claro algo: “Ser como eres en un mundo en el que la mayoría de la gente no quiere ser como es resulta un rotundo éxito”. Comienza por ser lo que eres, y verás abrirse las puertas de par en par.

En caso de que te miren mal o te critiquen, recuerda que “la boca que te juzga jamás será más grande que la gracia que te respalda”.

Cuando las personas creen en su potencial y tienen una autoestima equilibrada que no los hiere -ni a quienes les rodean-, el éxito se convierte en la única posibilidad.

Aunque para conseguirlo es necesario contar con cuatro componentes. No alcanza sólo con el talento, también hace falta un furiosa disciplina, ser conscientes de qué es el éxito para nosotros y poseer plenitud espiritual.

Cuentos de buenas noches para niñas rebeldes Resumen



Este original libro – [Cuentos de buenas noches para niñas rebeldes](#) – le da una vuelta de tuerca a los cuentos de hadas. Los reinventa para que personalidades como Frida Kahlo, Rosa Parks o Cleopatra cuenten sus historias de vida a través de pequeños relatos. Con esto, las autoras Elena Favilli y Francesca Cavallo buscan inspirar a las niñas a perseguir sus sueños. Ellas lo hicieron y tú, ¿te atreves?

Políticas y activistas

Tras escapar de la Segunda Guerra Civil Sudanesa y radicarse con su familia en Londres cuando era una pequeña, Alek Wek fue reclutada por un agente de modelos. Cambió el concepto de

belleza en el mundo de la moda.

También relacionada con conflictos bélicos, Anna Politkovskaya fue una periodista encargada de contarle al mundo las atrocidades de la guerra de Chechenia.

Una heroína de guerra fue Irena Sendlerowa: cuando los nazis invadieron Polonia ayudó a familias judías a salvar a sus hijos.

Leía Todo El Resumen

Aung San Suu Kyi tuvo que dejar a su familia luego de criticar al régimen dictatorial de Birmania. Pasó 21 años encerrada en su casa y cuando pudo salir se transformó en lideresa de su país. Asimismo ganó el Premio Nobel de la Paz.

Quien más joven recibió ese premio fue Malala Yousafzai. En Pakistán se opuso a que los talibanes no dejaran ir a las chicas y empezó a escribir sobre ello. Por eso sufrió un ataque y se recuperó.

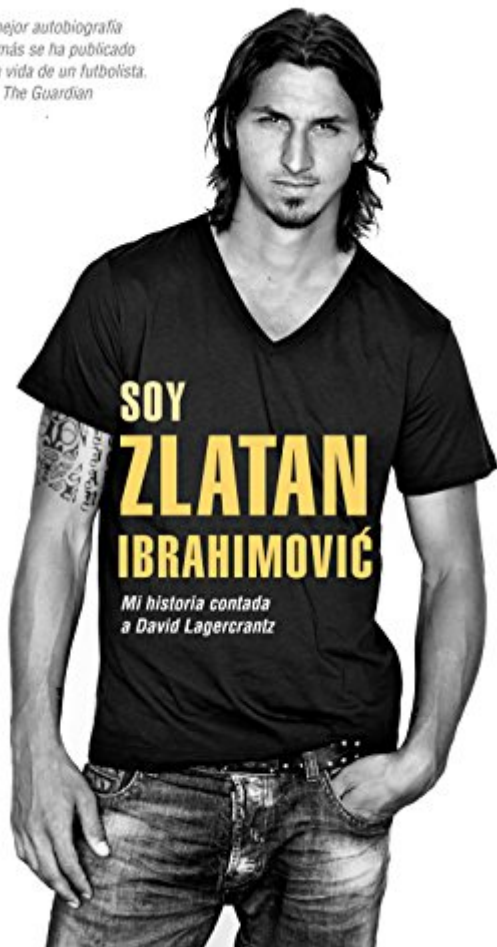
En Arabia Saudita, Manal Al-Sharif rompió las reglas. Tomó el auto de su hermano, lo condujo por las calles e invitó a otras mujeres a hacerlo, a pesar de que estaba prohibido. Finalmente fue arrestada.

Balkissa Chaibou no sólo luchó para poder ser médica, sino para escapar de un casamiento forzoso. En la actualidad es una activista contra ese tipo de matrimonios.

Soy Zlatan Ibrahimović

Resumen

*La mejor autobiografía
que jamás se ha publicado
sobre la vida de un futbolista.
The Guardian*



Polémico, engreído y talentoso. Zlatan Ibrahimović es uno de los mejores jugadores de fútbol de los últimos años. En este libro – [Soy Zlatan Ibrahimović](#) – co-escrito junto al periodista sueco David Lagercrantz atraviesa sus primeros pasos en Malmö, el salto a Europa en Países Bajos, Italia y España, y sus conflictos con ex compañeros y entrenadores. ¿Estás listo para leer su historia?

Los inicios en el barrio y el primer salto

Zlatan Ibrahimović no es una figura fácil de comprender si sólo se tienen en cuenta sus declaraciones. Aunque si miramos un poco su historia, podremos llegar a la conclusión de que su

arrogancia es un mecanismo de defensa.

Para entender a Ibrahimović es necesario hacer hincapié en su infancia. Hijo de un bosnio y una croata, se crió en Rosengård, barrio de inmigrantes de Malmö. Sus padres se separaron cuando era pequeño, por lo que creó una estrecha relación con su hermana Sanela. A pesar de la violencia cotidiana y la marginalidad que el resto de la sociedad le tenía a su vecindario, Ibra siempre rescató los aspectos positivos de su crecimiento.

En el campo de fútbol de su barrio dio sus primeros pasos como futbolista. Comenzó jugando en el MBI, pero rápidamente se mudó al FBK Balkan. En ese equipo de balcánicos empezó a moverse como delantero. Y alternó: volvió al MBI y luego al FBK Balkan para caer en el BK Flagg. Esa inestabilidad se traducían en la cancha. Pasaba de partidos con ocho goles a encuentros con ninguno.

Leía Todo El Resumen

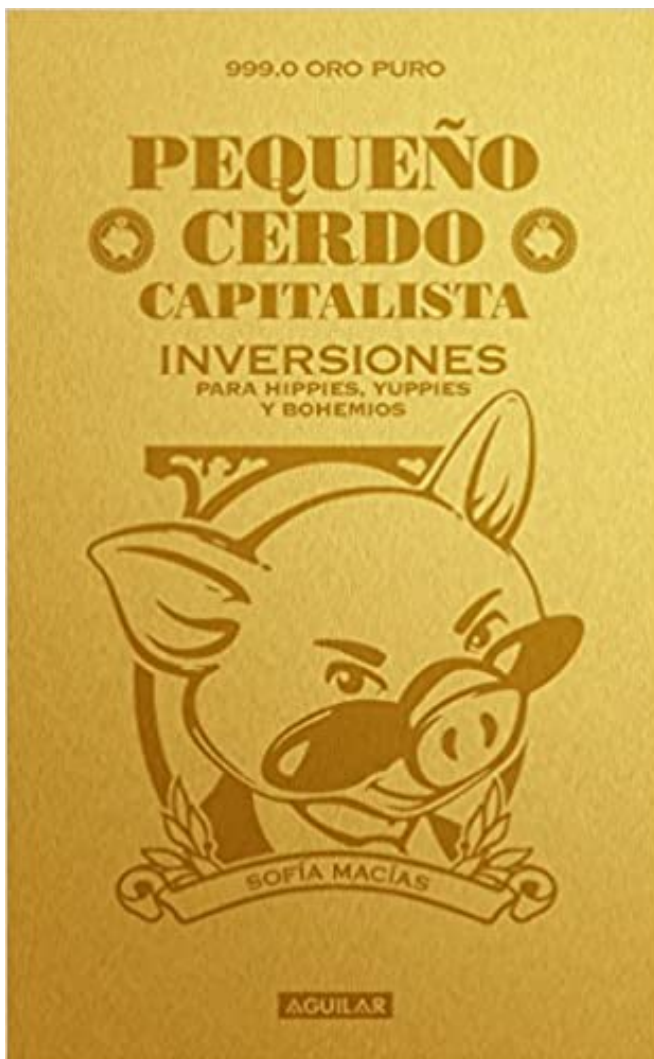
Hasta que su padre le recomendó pasar al club más grande de la ciudad -y probablemente de Suecia-, el Malmö FF. Fichó a los 13 años. Años más tarde, a pesar del duro ambiente, firmó su primer contrato. Fue Roland Andersson quien lo subió al primer equipo.

Al cabo de unos partidos de su debut el equipo descendió de la Primera División sueca por primera vez en sesenta y cuatro años. Aunque a pesar del mal trago, Zlatan aprovechó a fortalecer su relación con su padre y sumar experiencia con los minutos en cancha.

Al mismo tiempo que su arrogancia fue creciendo, el Malmö le mejoró el contrato para jugar en la Segunda. Consiguió que le dieran un apartamento y un teléfono móvil, además. Su padre forzó para aumentar sus condiciones contractuales aún más. Y el equipo ascendió con Ibra como figura.

Pequeño Cerdo Capitalista

Resumen



Con consejos sencillos de aplicar, [Pequeño Cerdo Capitalista](#) de Sofía Macías nos enseña a ahorrar sin importar de qué o cómo vivamos. Las herramientas que brinda son aplicables para todo el mundo. ¿Estás listo para conocerlas?

En tiempos de crisis económica a gran escala en América Latina, resulta fundamental tener una buena finanza personal. Al fin y al cabo, será lo que permita que tu dinero aumente y tengas un futuro mejor.

Nunca es tarde para empezar a ahorrar

Para poder ahorrar hay que tener motivación. Además es algo difícil de hacerlo sin experiencia previa. En ocasiones, pequeños avances pueden ser el puntapié para tener las ganas de hacer el esfuerzo que esto implica.

Tenemos que ser claros de entrada. El nivel de ingresos tiene que ver poco o nada con ahorrar.

Generalmente se usa como excusa, sobre todo al cobrar tus primeros salarios, que el dinero no alcanza. Hay varias causas: te emociona “ganar tu propia plata” y sientes que eres más libre de gastar o piensas que ahorrarás cuando tengas dinero para hacerlo. Pero principalmente visualizas el ahorro como un sacrificio, en lugar de una inversión para tí mismo.

Leía Todo El Resumen

Si eres soltero y sin compromisos, ahorrar debería ser una premisa en tu vida. Si desde tu siguiente aumento de sueldo mandas el extra directo al ahorro, como nunca lo viste, no lo extrañarás y será sencillo ahorrar.

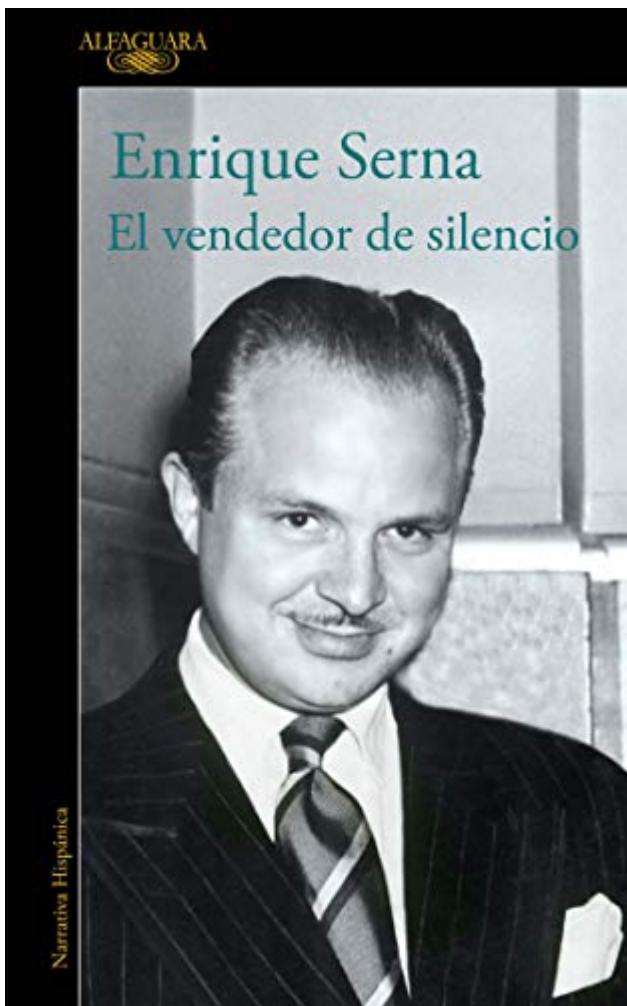
Eso te irá permitiendo independizarte. Tendrás un buen “colchón” para afrontar tus primeros meses desde que abandonas tu casa familiar.

Aunque en cualquier momento puedes aprender a planear, a ahorrar y a alcanzar metas que quizá no has logrado por descuidar esta área de tu vida. Y más que poder, lo necesitas. Puedes aplicar cuatro tips.

No lo dejes al último, haz el hábito, aplica el “quítenmelo, que me lo gasto” y cuéntale a quien más confianza le tengas para que te jale las orejas si no cumples con tu plan de ahorro.

El vendedor de silencio

Resumen



Esta novela – [El vendedor de Silencio](#) – ficcionada parte desde una investigación acerca de Carlos Denegri, una figura oscura del periodismo mexicano y cercano al poder. A través de su historia el autor Enrique Serna refleja el poder del PRI durante esos años. Vocero del partido, misógino, alcohólico, corrupto y prepotente. Así era este reportero, ¿te animas a conocer toda su historia?

El asedio

Para entender quién fue y qué hacía Carlos Denegri es necesario describir el contexto donde trabajaba y se movía.

En 30 años de periodismo post revolución acumuló mucho poder. Tenía chofer y custodia personal, además de una secretaria a la que miraba pero ante la que no avanzaba para no crear un clima hostil en el trabajo por sólo 10 minutos de satisfacción.

De hecho las mujeres suponían una debilidad para él, hasta el punto de ir a cortejar a una joven madre que a menudo veía por la ventana de su oficina. Tanto que como sólo pudo sacarle el nombre -Natalia Urrutia- le pidió a uno de sus asesores más cercanos que consiguiera su número de teléfono de cualquier forma.

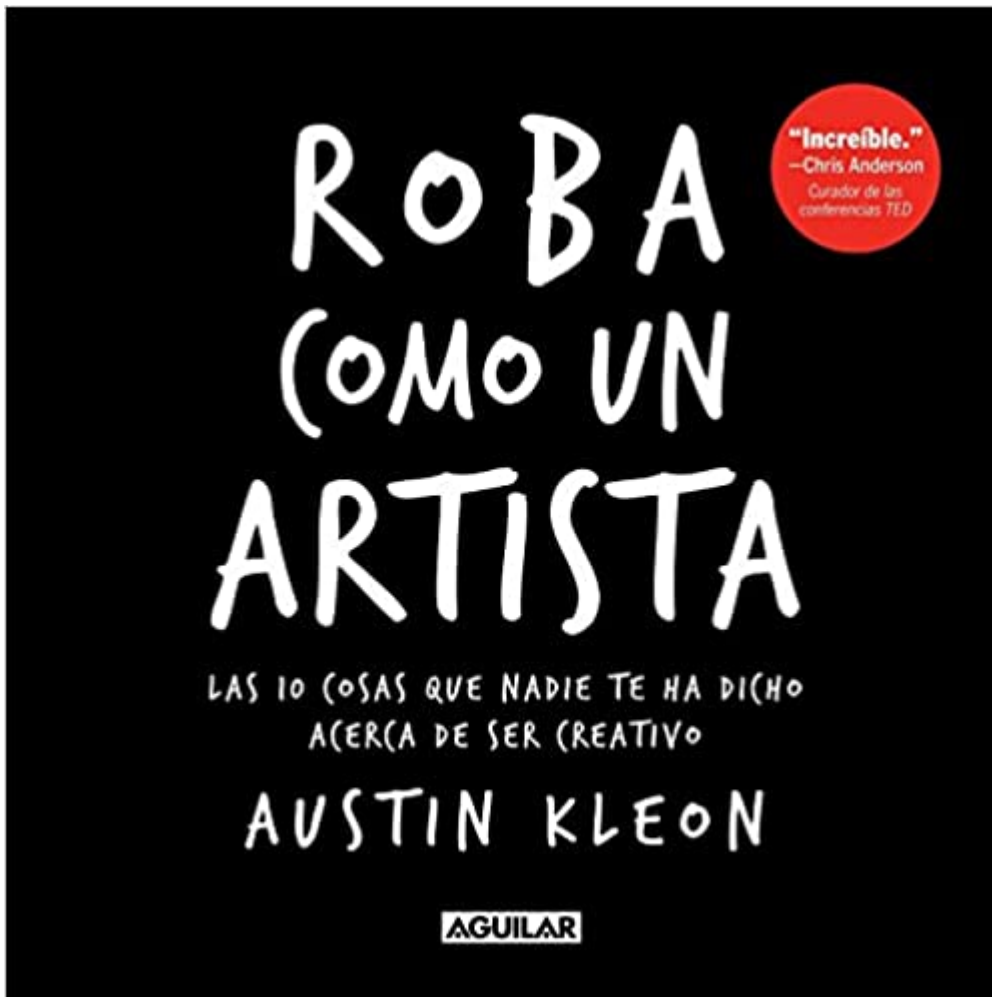
Leía Todo El Resumen

“¿Quién es más puta: una piruja callejera que se alquila por horas o una mujer casada que se vende a perpetuidad? En gran medida mi conflictos con mis esposas se deben a que no puedo amarlas bajo coacción. Por más acostumbrado al cabestro que pueda estar un potro, de vez en cuando suelta mordidas o coces”, explicó una vez sacando a relucir su machismo.

Al mismo tiempo trabajaba para las oficinas presidenciales, dando mensajes a opositores a través de supuestas notas imparciales. En el fondo, esconden un mensaje: escribe como voz oficial del mandamás de México.

Para tener acceso a exclusivas regalaba por año unos cien relojes a diversas secretarias y ayudantes. Hablar bien ante ellos y complacerlos con obsequios terminaba abriendo muchas puertas.

Roba Como Un Artista Resumen



«[Roba como un Artista](#)» es una guía para cualquier persona que quiera desarrollar su creatividad. En él, Austin Kleon supone que, hoy en día, nadie tiene ideas 100% originales. Copiar a tus artistas favoritos e inspirarte en ellos para comenzar tus propios trabajos es genial y ventajoso.

El punto aquí es aprender a combinar ideas que ya existen, creando así una cosa «nueva». Tenga buenas influencias y copia las que admiras, pero también aprende a desarrollar con el tiempo tu propia identidad y originalidad.

No necesitas tener ideas originales

¿Cuál es la primera pregunta que le harías a tu artista favorito si estuvieras cara a cara con él? No sé ustedes, pero muchas personas quieren saber de dónde sacan sus ideas los artistas. Esta es una de las preguntas más frecuentes. Si cada artista fuera honesto, habría una sola respuesta correcta a esa pregunta: «Robo ideas».

Los artistas tienen una forma peculiar de observar el mundo que los rodea. En lugar de juzgar lo que está bien o mal, juzgan si estas cosas son lo suficientemente valiosas para ser copiadas. Todos los artistas entienden que ningún trabajo es original. Cada arte está construido con un arte preexistente.

Cuanto antes te des cuenta de esto, más oportunidades tendrás de mejorar tu arte y tu proceso creativo. Aunque esta idea es deprimente para algunas personas, puede dar esperanza a los demás. Deshacete de la mentalidad de que necesitas tener ideas originales. Deja de huir de las influencias y déjate influenciar por las ideas de otras personas.

Leía Todo El Resumen

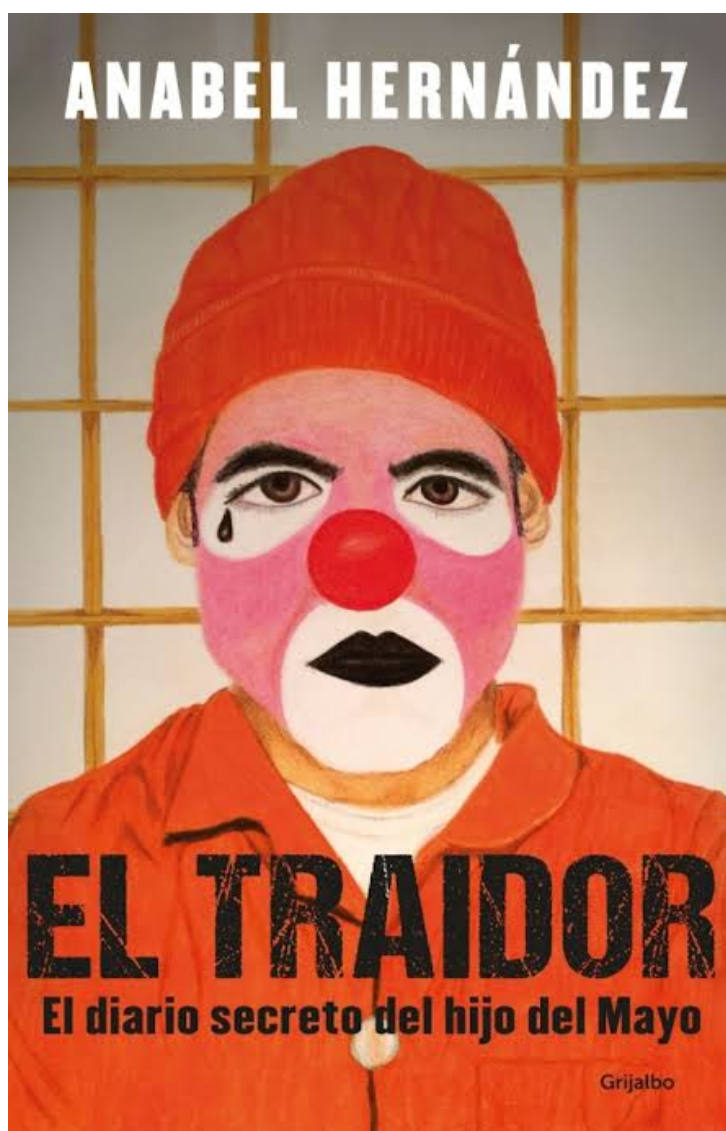
Cada idea «nueva» es una combinación de ideas preexistentes. Lo que eres hoy es una mezcla de tus interacciones con la vida. Nadie volverá a inventar la rueda. No hay nada nuevo bajo el sol. La única razón por la que la gente llamará a algo “original” es porque no están familiarizados con el original. Deja de pelear tratando de crear ideas únicas para tu trabajo.

Un artista es un coleccionista, pero no vale la pena recopilar todas las ideas. A pesar de ser ladrones exitosos, los artistas son exigentes. No tomes prestadas todas las ideas que aparezcan frente a ti. Algunas ideas son valiosas; otros no valen tu tiempo.

GIGO (Garbage in – Garbage out) es un concepto de computadora, cuyo acrónimo en inglés significa «basura adentro, basura

afuera». Significa que cualquier información que coloques en tu computadora es lo que recibirás. Nuestros cerebros funcionan de manera similar. Terminamos convirtiéndonos en lo que nos rodea. Tu tarea principal como artista es elegir las ideas sobre las que deseas influir e ignorar a las demás.

El traidor Resumen



Este audaz libro: «[El Traidor](#)» deja en evidencia el problema de fondo del narcotráfico en México: la complicidad del Estado. Con testimonios claves de Vicente Zambada Niebla, la

autora indaga en el perfil y la historia de su padre Ismael, el Mayo, el cabecilla más importante del Cártel de Sinaloa. Un retrato crudo de la realidad mexicana. ¿Estás preparado?

Cómo empezó todo

Para darle un contexto a su investigación, Hernández comienza comentando cómo su obra anterior, *Los señores del narco*, había calado hondo en el ambiente político, judicial y narco. Recibió amenazas y tuvo que radicarse en Estados Unidos.

En esos momentos fue contactada por Fernando Gaxiola, abogado de Vicente Zambada Niebla, hijo de Ismael Zambada García, alias el Mayo y líder del Cártel de Sinaloa. Su cliente había escuchado una entrevista del libro en una cárcel de máxima seguridad en Chicago y se comprometió a colaborar con la justicia norteamericana.

Además le brindó información a la periodista a través de su defensor. Gaxiola quería que la historia fuera conocida para que la gente supiera de donde emana el poder del cártel. Y también dejar en claro que muchas de las historias que dicen los gobiernos americano y mexicano son falacias.

Leía Todo El Resumen

En sus cartas y declaraciones, Vicentillo describe cómo estaba compuesta una de las organizaciones criminales más grandes del mundo. Con presencia en 70% del mundo, el Cártel de Sinaloa funciona de una u otra forma desde los años 70.

Su padre es uno de los primeros líderes y el que más poder acumuló. En la primera década del 2000, los otros jefes eran Joaquín 'Chapo' Guzmán Loera, Juan José 'Azul' Esparragoza Moreno, Arturo Beltrán Leyva e Ignacio 'Nacho' Coronel.

También comenta cómo sufrió un intento de asesinato por parte de los Arellano Félix, cercanos a su progenitor en los inicios

del cártel. Estos comenzaron a matar a muchas personas, familiares y trabajadores de Culiacán. Aunque el objetivo principal era terminar con Vicente para darle un golpe al capo, Ismael. Eso hizo que padre e hijo estuvieran cerca siempre, para evitar ser lastimados. Así Vicentillo empezó a ver todo lo que hacía su procreador y hablar acerca de su trabajo de tráfico de drogas.

Ismael Zambada García tuvo como maestro a Antonio Cruz Vázquez. Fue él y nadie más quien lo introdujo en el mundo del tráfico de drogas cuando aún no cumplía 20 años. 'Niko' era su cuñado, estaba casado con su hermana Modesta.

Juntos hicimos historia

Resumen