

# CÉREBRO VIVO

Mais de 200 jogos e desafios para  
manter a mente jovem e ativa



## Resumo de Cérebro Vivo

O cérebro é o centro do sistema nervoso. Ele comanda nossos pensamentos, sentimentos e movimentos; filtra e prioriza toda informação que os sentidos recebem, até mesmo enquanto dormimos; controla as funções autônomas da deglutição e respiração, a frequência cardíaca e a transpiração; modifica constantemente nossa memória para melhorar o poder de decisão e, desde a infância, nos permite desenvolver o autoconhecimento, o que nos torna seres humanos.

Portanto manter a mente jovem e ativa é muito importante. O livro Cérebro Vivo se propõe a ajudar nessa tarefa.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)