

Neurociencia y productividad personal: cómo entrenar tu cerebro para multiplicar tu rendimiento

📅 29 de octubre de 2026, jueves

Inscríbete

Este curso es un módulo de: **Neurociencia y gestión del tiempo: entrena tu cerebro, lidera tu equipo y multiplica tus resultados con IA**



Fechas:

29 de octubre, jueves

Presencial



Horario:

de 09:00 a 15:00 h.



Precio especial para socias/os

y actividad bonificable por FUNDAE

Pulsa AQUÍ para ver los precios

Inscríbete

Profesor



Miquel Nadal Vela

- Socio director en emorganizer
- Psicólogo, escritor, formador y speaker internacional en Neurociencia, Productividad Personal y Herramientas Digitales con IA. Pionero en la creación de la metodología 'Neuroproductividad', que combina los últimos estudios de la Neurociencia con las técnicas más avanzadas de Manejo del Tiempo e Inteligencia Artificial.
- +15 años de experiencia en Gestión de Personas. Ha trabajado e impartido conferencias y seminarios a más de 40.000 personas en +40 países distintos (Europa, Oriente Medio y Latino América) en empresas internacionales.
- Formado en 5 de las mejores universidades europeas en Psicología de las Organizaciones en distintos países (Barcelona, Bolonia, Coímbra, París y Valencia). Profesor en la Universidad de Barcelona (España).
- Autor de 4 libros: "La Nueva Gestión del Tiempo", "Cómo emprender en el Desarrollo Personal", "Cómo ganarte a la gente en LinkedIn" y "Neurohacking: despierta tu Poder mientras duermes". Cofundador del mayor congreso internacional sobre productividad personal (+15000 asistentes).

La gestión del tiempo tradicional no funciona. Las exigencias del mercado nos llevan a la sobreacumulación de tareas pendientes y a calendarios repletos de reuniones donde no cabe ni un alfiler.

Los últimos avances de la neurociencia han roto todos los mitos sobre la planificación y la organización que conocíamos. En esta sesión descubrirás cómo puedes entrenar tu cerebro para lograr resultados de mayor calidad con menos esfuerzo.

Recuerda que el personal profesional más innovador ya no va detrás del reloj, sino que diseña sus propias reglas para alcanzar sus objetivos.

- ¿Por qué nos basamos todavía en la urgencia y la importancia para tomar decisiones (cuando en realidad ya no funciona)?
- ¿Cómo gestionamos las listas infinitas de pendientes que solo se acumulan sin parar?

- ¿Cómo puedo gestionar mi energía mental sin acabar la jornada de forma agotada o con agotamiento?
- ¿Cuál es la mejor manera de organizar el trabajo para tener todos los proyectos y tareas bajo control?

La neuroproductividad es una metodología disruptiva fundamentada en estudios científicos y en casos de éxito empresarial (más de 750 compañías y más de 4500 artículos científicos) de las mejores empresas, que combina los últimos descubrimientos en neurociencia sobre el rendimiento óptimo del cerebro con las mejores técnicas de gestión del tiempo.

PROGRAMA

1. Cómo hackear tu cerebro para rendir más (y mejor).

- ¿Cómo puedo entrenar mis conexiones neuronales para avanzar más rápido en el trabajo sin descuidar mi bienestar?
- ¿Cómo puedo dedicarle más tiempo al trabajo de alto valor en vez de entretenerme en actividades de poca importancia?
- ¿Qué hábitos diarios puedes practicar para entrenar tu cerebro y mejorar la calidad de los resultados de tu trabajo (y tu calidad de vida)?
- La gestión del tiempo tradicional ya no funciona... ¿qué alternativas tengo para planificarme?
- ¿Cómo puedo gestionar mi energía mental sin acabar la jornada laboral con agotamiento?

2. Diseña tu propio método ganador de planificación personal aplicando neurociencia

- ¿Puedo organizarme de alguna manera para no acumular tareas de forma infinita?
- ¿Cómo capturo, priorizo y proceso todo lo que llega a mi día a día sin perder el foco?
- Organizarse cuando no hay trabajo es fácil... ¿cómo gestiono el caos personal durante épocas de incertidumbre y picos de trabajo de máxima intensidad?
- Cómo gestionar la sobrecarga de proyectos y tareas: estrategias probadas para lidiar con un entorno de trabajo acelerado sin alejarte de tus objetivos.

INFORMACIÓN GENERAL

Objetivos:

- Cómo hackear tu cerebro para rendir más y distraerse menos (100% práctico, en base a las últimas investigaciones de la neurociencia).
- Cómo aplicar hábitos productivos para incrementar tu fuerza de voluntad y mejorar los resultados de tus proyectos y tareas.

- Cómo gestionar la energía mental limitada para rendir más y evitar terminar la jornada laboral con agotamiento.
- Cómo planificarte más allá de la urgencia y la importancia, diseñando tu propio método de organización personal.
- Las mejores estrategias probadas para gestionar la avalancha de tareas y no acumular trabajo.

Metodología:

Se trata de una sesión 100% práctica donde las personas asistentes van a deconstruir el antiguo paradigma de productividad personal y coliderar las nuevas reglas de la planificación y organización.

Recibirán herramientas (todas gratuitas), documentos de trabajo y material de apoyo (vídeos y manuales) para salir de la sesión con un plan de acción claro y focalizado en los resultados que se quieren obtener. La hoja de ruta de la formación está basada en un aprendizaje progresivo de los contenidos y con un seguimiento ilimitado para la resolución de dudas.

La sesión está pensada para que, justo al finalizarla, las personas participantes puedan poner en práctica todos los contenidos para así mejorar su organización a nivel personal. Todo el proceso está debidamente ajustado para no sobrecargar con deberes y poderlo trabajar todo en la misma sesión.

Por último, hay que añadir que todos los contenidos que se verán están basados (y validados) tanto en neurociencia como en casos prácticos de las empresas líderes en innovación.

Dirigido a:

El personal profesional, personas responsables de equipo, con funciones directivas o de liderazgo, que estén experimentando alguna de las siguientes situaciones:

- Dedicar mucho tiempo a tareas menores y olvidan por completo las tareas estratégicas que les acercan a sus objetivos.
- Quieren descubrir una nueva metodología de productividad personal basada en neurociencia que va más allá de planificar por urgencia e importancia.
- Han probado muchos métodos para planificarse, pero nunca les ha funcionado demasiado bien ninguno.
- Tienen dificultades para planificarse y organizarse en el trabajo y les está afectando a su rendimiento y motivación.
- Sienten mucho estrés porque trabajan muchas horas o con mucho esfuerzo, pero no les cunde el tiempo y avanzan lento en sus proyectos.
- Les encantaría disfrutar más de su trabajo, pero el agobio del día a día les impide hacerlo de manera efectiva.

**Fechas:**

29 de octubre, jueves

**Número de sesiones:**

1

**Horario:**

de 09:00 a 15:00 h.

**Número de horas:**

6

**Presencial**

Club de Marketing de Navarra

INSCRIPCIONES

**Socios/as:**

220 €

**No socios/as:**

340 €

[Únete a la asociación](#)

Actividad bonificable por la Fundación Estatal para la Formación en el Empleo. Las empresas socias pueden solicitar su tramitación gratuita indicándolo en la inscripción web con al menos dos días de antelación



Para más información:

948 290155

[Inscríbete](#)