

La edad es solo un número, no un límite.

SEPTIEMBRE 2025

¡DEJA DE SER UN ANCIANO Y SÉ UN SUPERAGER!

Hacerse mayor sin envejecer te da la bienvenida al fascinante mundo de los *superagers*, en el que vamos a poner en duda todo lo que creías saber sobre la vida que te espera después de la jubilación. Hacerse mayor no tiene por qué significar el fin de tu crecimiento personal ni tampoco tener que renunciar a todo aquello que te gusta de tu vida. Para los *superagers*, la vida después de los 65 puede ser una de las etapas más productivas y plenas.

La filosofía de «hacerse mayor sin envejecer», propia de los *superagers*, ya es una realidad para millones de personas. Sin embargo, el mundo avanza tan deprisa que cuesta seguirle el ritmo, y hay muchos avances que favorecen a las personas que se van a jubilar o que ya lo han hecho, y que no se aprovechan por puro desconocimiento. Aquí es donde entran los autores, David Cravit y Larry Wolf, que han estructurado el libro en siete componentes claves que debes tener en cuenta para conseguir vivir esta fantástica etapa de tu vida con total plenitud: **Actitud, Toma de conciencia, Actividad, Realización, Autonomía, Apego (o vínculos) y Evitar (o prevención).**

En *Hacerse mayor sin envejecer*, los autores te enseñan cómo aplicar estos principios en tu propia vida, desde tomar el control de tu salud y tus decisiones médicas, hasta replantearte la jubilación, el dinero, la vivienda e incluso las relaciones personales. Aquí descubrirás cómo convertir tus setenta, ochenta... y más allá, en los mejores años de tu vida.

¿POR QUÉ CONFORMARTE CON ENVEJECER, CUANDO PUEDES VOLVER A FLORECER?

«Vivimos en una sociedad que trata a nuestros mayores como si fueran frágiles y como si debiéramos protegerlos dentro de una cúpula de cristal. Este libro, con cuya lectura tanto he disfrutado, lo desmiente. Yo era un anciano; ahora voy a hacerme mayor sin envejecer».

MARSHALL COHEN

exviceministro de Finanzas del Gobierno de Canadá

NOVEDAD

SALUD Y BIENESTAR

ISBN: 9788410451216

Encuadernación: Rústica con solapas

Formato: 153 x 230 mm

Págs: 236

Categoría: B

Derechos: M

PVP: 19,18 € | 19,95 €

IBIC: VFJG

Palabras clave: edad, antiaging, envejecer, hacerse mayor, longevidad, vida activa, superager, superaging, superanciano



Autores



David Cravit es vicepresidente de ZoomerMedia, la única empresa de medios de comunicación de Canadá especializada en el mercado de las personas mayores, y también director de afiliación y director de *marketing* de CARP (la Asociación Canadiense de Personas Jubiladas). Aparece con frecuencia en radio y televisión como respetado comentarista de las nuevas tendencias y acontecimientos que impulsan la aparición de los *superagers*.



Larry Wolf es experto en identificar tendencias importantes y crear oportunidades para aprovecharlas. Ha asesorado a varias empresas *Fortune 500* y a Gobiernos en sus estrategias de marca y comunicación. Fundó y desarrolló Wolf Group, que pasó de ser una consultoría de dos personas a una agencia de publicidad internacional de tamaño considerable con oficinas en siete ciudades de Estados Unidos y Canadá. Más recientemente, Larry ha identificado una serie de tendencias que han surgido a consecuencia del aumento de la longevidad y ha aprovechado una buena oportunidad para unificar y marcar los elementos clave que contribuyen a hacerse mayor sin envejecer.

Argumentos de venta y Plan de medios:

- La filosofía de «hacerse mayor sin envejecer», propia de los *superagers*, ya es una realidad para millones de personas.
- En este libro los autores te enseñan cómo aplicar estos principios en tu propia vida, desde tomar el control de tu salud y tus decisiones médicas, hasta replantearte la jubilación, el dinero, la vivienda e incluso las relaciones personales.
- Un libro estructurado en siete componentes claves que debes tener en cuenta para conseguir vivir esta fantástica etapa de tu vida con total plenitud.
- Nota de prensa, presentaciones y promoción en redes sociales.

Otros libros relacionados:

