



**¡No te quemes!**  
**Cómo vencer el estrés y avanzar en el trabajo**  
*Bob Losyk*  
*Editorial Empresa Activa*  
ISBN 84-95787-94-6

Es posible que el estrés sea la causa individual más importante de que enfermemos o muramos prematuramente, asegura el autor de este libro. *¡No te quemes!* es, en realidad, una guía que adopta un enfoque directo para vencer el estrés mediante tácticas rápidas y fáciles para relajarse y dar un nuevo impulso a la mente, el cuerpo y el espíritu. Losyk ofrece las herramientas para identificar las causas del estrés y propone técnicas que se adecuen al estilo de vida del lector.

Basándose en una amplia gama de disciplinas, el lector podrá crear su propio programa contra el estrés y conocerá: las causas que lo originan; técnicas de estimamiento, gimnasia y meditación para relajarse y aliviar la tensión, consejos para una nutrición sana que aumente su bienestar físico y mental; y propuestas para simplificar y equilibrar sus prioridades y ser más productivo con menor tensión.



**Venta en tienda:**  
**Los clientes le aconsejan**  
*Manuel Artal Castell*  
*Editorial ESIC*  
ISBN 84-7356-451-0

En este libro se escuchan cuatro voces autorizadas para opinar sobre las relaciones entre los vendedores minoristas y su público: los clientes, los comerciales, los comerciantes y el propio autor del estudio.

Manuel Artal, que ha repartido su extensa vida profesional entre la práctica de las áreas comerciales de la empresa y la docencia universitaria, analiza las investigaciones realizadas por el mismo y por otros profesionales respecto a los requisitos para mejorar las ventas a través de la comunicación y el trato con los clientes. El libro también proporciona información actualizada sobre normalización, calidad, legislación y un detallado autoanálisis al final de la obra.

“Estamos ante un libro”, afirma en el prólogo el economista y consultor de dirección Rafael Fernández, “que, alimentando la profesión de vendedor, presta además una expresa atención al minorista”.



**Cómo interpretar los indicadores económicos clave**  
*Richard Yamarone*  
*Editorial Deusto*  
ISBN 84-234-2340-9

Invertir sin entender de economía es como irse de viaje sin saber nada sobre el clima de su destino. Un tiempo desapacible puede arruinar sus vacaciones, en especial si tenía previstas actividades al aire libre. De igual modo, el depositar dinero que nos ha costado mucho ganar en el mercado de acciones o de bonos en medio de unas condiciones económicas desfavorables puede destruir nuestros planes financieros de tener un retiro confortable, una casa nueva o cualquier otro.

No es necesario ser una gran banca o un *broker* para conocer y analizar estas situaciones. Todos los días, los medios informan de nuevos datos económicos. Los inversores, grandes o pequeños, tienen que entender cómo estos informes influyen en sus decisiones de compra o de venta de valores. El autor expone en el libro y de forma comprensible las herramientas que se usan en bolsa para tomar decisiones adecuadas.