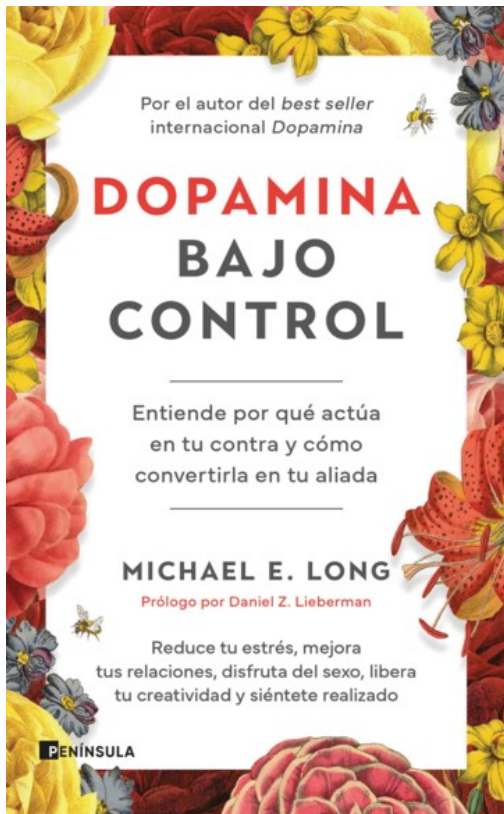




**Fecha de publicación:**  
08/01/2026

**Sello Editorial:**  
Ediciones Península

## Contacto de prensa

**Nombre:** Laura Fabregat

**Teléfono:** 934928947

**Email:** lfabregat@planeta.es

**Nombre:** Laia Barreda Vicent

**Teléfono:** 93 492 8308

**Email:** laia.barreda@planeta.es

**Nombre:** Erica Aspas

**Teléfono:** 934928752

**Email:** easpas@planeta.es



# Dopamina bajo control

**Michael E. Long**

La continuación del gran éxito internacional *Dopamina*

## La continuación del gran éxito internacional *Dopamina*

¿Por qué nunca es suficiente? Buscamos más éxito, más placer, más reconocimiento... y aun así seguimos insatisfechos. La respuesta está en la dopamina: la molécula que impulsa nuestro deseo, nos motiva a actuar y nos hace soñar con lo que viene después, pero también nos atrapa en un ciclo de insatisfacción constante. Promete felicidad, aunque alcanzarla depende únicamente de nosotros.

En esta esperada secuela del *best seller Dopamina*, Michael E. Long revela cómo, con el control adecuado, esta molécula puede convertirse en la clave de una vida más plena. Este manual práctico te brinda las herramientas para comprender cómo esta sustancia moldea nuestras emociones, hábitos y decisiones, y sobre todo, cómo aprovecharla para alcanzar una satisfacción real. Aprenderás a liberarte de las redes sociales y del *doomscrolling*, a aumentar tu productividad gracias al *multitasking*, a potenciar tu creatividad y a reavivar la chispa en tu relación de pareja.

## Michael E. Long

**Michael E. Long**, físico de formación, es coautor del *best seller* internacional *Dopamina*, traducido a más de veinte idiomas. Autor polifacético, como dramaturgo ha estrenado más de una veintena de obras, la mayoría en escenarios de Nueva York. Como guionista, ha sido finalista del gran premio de guion en el Festival de Cine Slamdance. Y en su faceta de redactor de discursos, ha trabajado para miembros del Congreso de EE. UU., secretarios del gabinete presidencial, candidatos a la presidencia y directivos de empresas del Fortune 10. Conferenciante habitual, ha ofrecido charlas por todo el mundo, incluyendo la Universidad de Oxford, y es profesor titular en la Universidad de Georgetown, donde imparte clases de escritura.