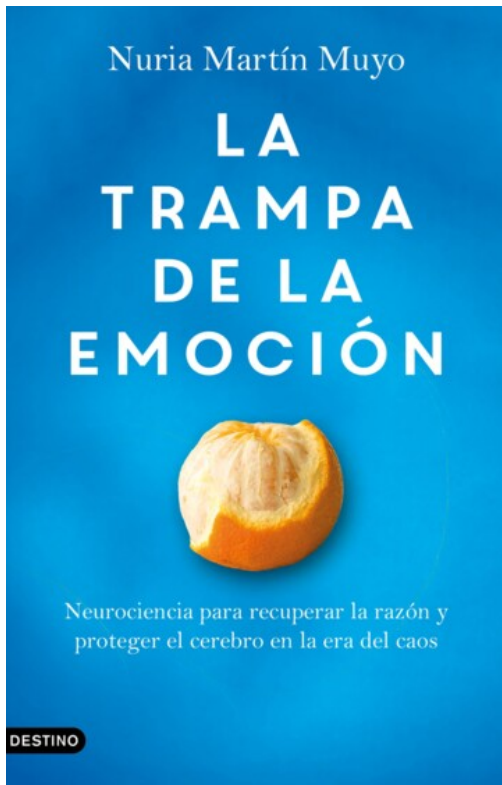




Fecha de publicación:
01/04/2026

Sello Editorial:
Ediciones Destino

Contacto de prensa

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensaficcioninternacional@planeta.es

Nombre: NARRATIVA Y ENSAYO EN
CASTELLANO: Alba Fité

Teléfono: 93 492 80 27

Email: afite@edestino.es



La trampa de la emoción

Nuria Martín Muyo

PENSAR EN LA ERA DE LA EMOCIÓN: claves para una nueva racionalidad.

PENSAR EN LA ERA DE LA EMOCIÓN: claves para una nueva racionalidad.

Vivimos en una época que glorifica la emoción y sospecha de la razón. Se nos invita a «sentir más y pensar menos», como si sentir fuera la solución a todos los problemas personales, sociales y políticos. Pero **¿y si esa exaltación emocional fuera, en realidad, una trampa?**

Apoyándose en los avances de la neurociencia, *La trampa de la emoción* desmonta mitos profundamente arraigados y nos muestra una verdad incómoda: **no es la emoción la que nos hace humanos, sino la capacidad de pensar más allá de esta.** Cuando renunciamos a esta capacidad y caemos en la exaltación acrítica de la emoción, debilitamos nuestra herramienta más sofisticada y diferencial: **la corteza prefrontal, el sistema cerebral que nos permite reflexionar**, planificar, regular impulsos y tomar decisiones que nos benefician individualmente y como sociedad. Y que también nos lleva a disfrutar más y mejor de lo vivido.

Lejos de enfrentar razón y emoción, Nuria Martín Muyo nos explica en este brillante ensayo por qué hoy más que nunca la emoción necesita ser guiada por la razón **para que no se convierta en ruido, manipulación y enfermedad (emocional, mental y también cerebral)** y ofrece las claves para comprender cómo funciona el cerebro y recuperar algo esencial: la facultad de pensar con calma en un mundo que nos empuja a reaccionar sin reflexión.

Una defensa de la razón como forma de salud, de resistencia intelectual y, en última instancia, de libertad.

Nuria Martín Muyo