

**Fecha de publicación:**

01/04/2026

**Sello Editorial:**

Ediciones Destino

## Contacto de prensa

**Nombre:** Ficción Internacional

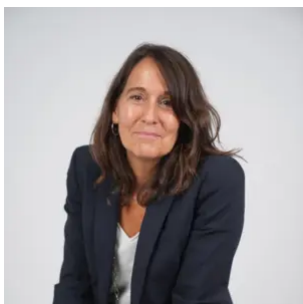
**Email:** [prensaficcioninternacional@planeta.es](mailto:prensaficcioninternacional@planeta.es)

**Nombre:** NARRATIVA Y ENSAYO EN

CASTELLANO: Alba Fité

**Teléfono:** 93 492 80 27

**Email:** [afite@edestino.es](mailto: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

Nuria Martín Muyo, ingeniera superior de Telecomunicaciones (UPC), se define como una ingeniera humanista, dedicada a la neurociencia aplicada al bienestar y al verdadero desarrollo humano. Tras iniciar su carrera en la consultoría organizacional, trabajó durante quince años en una multinacional del sector de la automoción, donde ocupó cargos directivos dependientes de la Dirección General. Compaginó esta etapa con la docencia universitaria durante seis años. A raíz de una experiencia personal marcada por la enfermedad neurodegenerativa de su padre y un largo proceso de maternidad *in vitro*, reorientó su carrera hacia la investigación y el estudio profundo del cerebro. Fundó su propia empresa, siendo pionera en España en la aplicación de la neurociencia en el ámbito organizacional.

Es autora de varios libros y una activa divulgadora. En 2023 creó la serie #neurotapas en

Instagram, alcanzando una amplia comunidad internacional. Imparte formación especializada y cursos online en neurociencia aplicada al día a día.