

**Fecha de publicación:**

27/05/2026

Sello Editorial:

Editorial Ariel

Contacto de prensa

Nombre: Laura Fabregat

Teléfono: 934928947

Email: lfabregat@planeta.es

Nombre: Laia Barreda Vicent

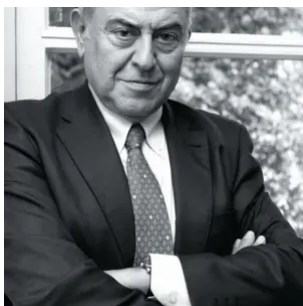
Teléfono: 93 492 8308

Email: laia.barreda@planeta.es

Nombre: Erica Aspas

Teléfono: 934928752

Email: easpas@planeta.es



La vacuna contra las adicciones

José Antonio Marina

UNA NUEVA VACUNA MENTAL CONTRA LA ADICCIÓN La revolución educativa, social y cultural necesaria para recuperar la libertad

UNA NUEVA VACUNA MENTAL CONTRA LA ADICCIÓN La revolución educativa, social y cultural necesaria para recuperar la libertad

Si queremos ser libres, ¿por qué nos enganchamos a aquello que constantemente nos lo impide? ¿Podemos conseguirlo en una sociedad adicta? ¿Nos pueden ayudar la ciencia y la filosofía?

José Antonio Marina disecciona el fenómeno de la adicción desde sus raíces más profundas en la biología, la cultura y la psicología. Partiendo de una tesis provocadora, a saber, que las adicciones no son un problema sino una mala solución, propone una alternativa esperanzadora: crear una vacuna mental que nos proteja contra nuestra tendencia natural a la dependencia.

Con rigor científico, mirada filosófica y vocación educativa, el autor nos guía por un recorrido interdisciplinar en el que no solo nos ofrece una interpretación reveladora sobre nuestras conductas compulsivas, sino que también crea un proyecto transformador: educar cerebros capaces de resistir y elegir con libertad.

En una sociedad cada vez más pegajosa y demandante, este libro es un soplo de aire fresco urgente que nos llama a la sabia prevención dándonos herramientas para comprender nuestros impulsos y aplicar los antídotos necesarios. Una obra urgente para una sociedad cada vez más adictiva. Un llamamiento claro a la prevención y, así, regular nuestros impulsos, entender qué nos empuja a buscar estímulos constantes y fortalecernos antes de que la dependencia se imponga.

José Antonio Marina

José Antonio Marina ha dedicado toda su labor de investigador a la elaboración de una teoría de la inteligencia que comienza en la neurología y termina en la ética, entendiendo que la inteligencia no busca el conocimiento, sino la felicidad y la dignidad. Dentro de este proyecto ha escrito sobre la creación, la voluntad, los sentimientos, el lenguaje, la ética, la religión y la política. Ha sido galardonado con el Premio Anagrama de Ensayo, el Premio Giner de los Ríos de Innovación Educativa y el Premio Nacional de Ensayo.