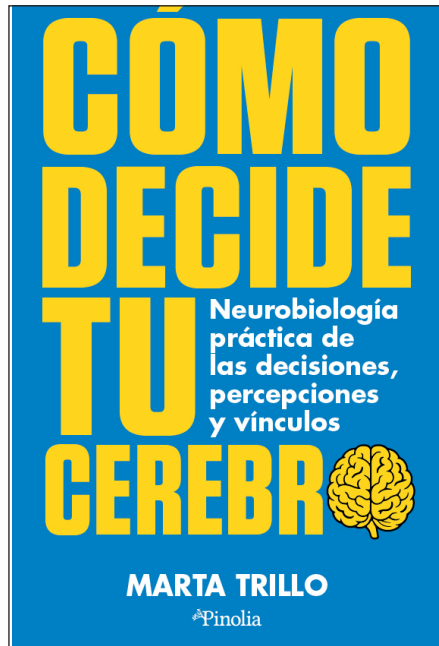


Marta Trillo

CÓMO DECIDE TU CEREBRO

La neurobiología secreta de nuestras decisiones, percepciones y vínculos



26,95 €

15 x 23 x 1,8 cm

256 páginas

979-13-87556-94-5

Divulgación científica

THEMA: JMQ; JMM; PSAN5

Lanzamiento: 20/01/2026

¿Qué ocurre realmente en tu cuerpo cuando te late más fuerte el corazón, te tiemblan las manos antes de una cita o un beso te enciende como un interruptor? Este libro es un viaje divertido y revelador al laboratorio más fascinante del mundo: tú.

A través del hilo narrativo de una cita —esa mezcla perfecta de nervios, chispa y expectativas— la autora transforma situaciones cotidianas en pequeñas lecciones de biología, neurociencia y psicología. Desde el primer café y sus efectos en tu metabolismo, hasta la química del deseo, la microbiota que intercambias en un beso, o las hormonas que deciden si te enamoras o sales corriendo, cada capítulo desvela qué está pasando realmente bajo tu piel.

Con humor, referencias pop y un lenguaje cercano, el libro desmonta mitos, explica por qué tu cerebro toma decisiones absurdas y te cuenta cómo funcionan las emociones por dentro: qué libera tu sistema nervioso cuando te ríes, por qué un tatuaje activa tu sistema inmunitario o qué ocurre con tus neuronas cuando alguien te gusta «demasiado»...

Cómo decide tu cerebro no es un manual de citas: es una invitación a entenderte mejor. Una guía científica disfrazada de comedia romántica, que demuestra que la curiosidad también enamora y que aprender cómo funcionas puede ayudarte a quererte un poco más.



MARTA TRILLO es investigadora predoctoral, divulgadora científica, pintora, *runner* y ahora también escritora. Una tía chulísima con muy poco tiempo libre. Estudió el grado en Biomedicina, un máster en Terapias avanzadas y otro máster en Comunicación científica en Madrid. Para culminar el diagnóstico de titulitis, volvió a Santiago de Compostela a empezar una tesis doctoral. Que alguien le diga a esta chica que puede estarse quieta. Dicen que el conocimiento es poder. Marta opina que el conocimiento, bien contado, también puede ser una carcajada. *Cómo decide tu cerebro*, su primer libro, es la prueba de ello.