

NOTA DE PRENSA

Barcelona, 2026

DOPAMINADOS



CÓMO GESTIONAR LA FRUSTRACIÓN INFANTIL



Para más información o coordinar publicaciones en prensa, no dudéis en contactar con nosotros:

prensa@plataformaeditorial.com
934 94 79 99

ELISA MOLINA Y FRANCISCO HUERTA

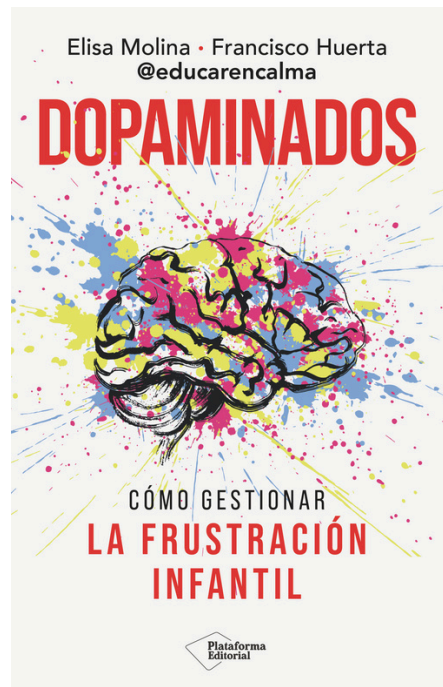
DOPAMINADOS

APRENDER A TOLERAR LA ESPERA SE HA CONVERTIDO EN UNO DE LOS MAYORES DESAFÍOS DE LA INFANCIA

Mientras los niños crecen rodeados de pantallas, estímulos constantes y recompensas inmediatas, muchos padres se preguntan por qué las rabietas son más intensas, la espera resulta tan difícil y el fracaso parece cada vez más insoportable. Basándose en la neurociencia y en su experiencia como docentes y padres, Elisa Molina y Francisco Huerta ofrecen una guía práctica para comprender qué ocurre en el cerebro infantil durante los momentos de desregulación emocional. A través de herramientas concretas y ejemplos cotidianos, enseñan a acompañar, gestionar la frustración propia y crear un entorno familiar que favorezca la calma, la conexión y el desarrollo emocional saludable.

Dopaminados es una invitación a educar con empatía, firmeza y serenidad en un mundo que nunca se detiene. Y tú, ¿estás dispuesto a educar en calma?

Dopaminados es mucho más que un manual de supervivencia familiar; es una invitación estructural a frenar. Como sentencian Molina y Huerta, «los niños aprenden a perder perdiendo. Aprenden a esperar esperando. Se aprende a sostener sosteniendo». Una lectura imprescindible para cualquier adulto que desee acompañar a sus hijos con empatía, estructura y un plan de acción claro frente al caos de la vida moderna.



FICHA TÉCNICA

Encuadernación: Rústica

Formato: 140 x 220 mm

Temática: Educación, Salud y bienestar, Divulgación científica.

Publicación: 02/09/2026

Páginas: 240 | **Precio:** 21,90€

Disponible en e-book.



ELISA MOLINA Y
FRANCISCO HUERTA

SOBRE LOS AUTORES

Elisa Molina y Francisco Huerta son docentes, coaches familiares y fundadores de Educar en Calma, proyecto desde el que acompañan a familias y educadores desde hace más de una década. Creadores del Método CALMA® y padres de cinco hijos, comparten su experiencia como familia neurodivergente a través de su comunidad digital y su podcast Vamos a contar verdades. Son autores de varios libros y cuentos infantiles; en *Dopaminados* exploran cómo gestionar la frustración en la era de la inmediatez.