

Laura López-Mascaraque



EL
FASCINANTE
UNIVERSO
DEL
OLFATO

Todo lo que siempre quisiste saber
sobre el sentido más misterioso



DESCUBRE POR QUÉ:

El olfato es el sentido más directo para conectar con la memoria y las emociones.

Un simple aroma puede transportarte a un recuerdo olvidado en cuestión de segundos.

Cada persona percibe los olores de forma distinta y en ello influyen la genética, la cultura y la experiencia.

El olfato influye en nuestras decisiones, en nuestras relaciones y en nuestra forma de percibir el mundo.

La ciencia está redescubriendo el olfato como una herramienta clave para la salud, la tecnología y el conocimiento del cerebro.



LAURA LÓPEZ-MASCARAQUE

EL FASCINANTE MUNDO DEL OLFATO

UN VIAJE AL SENTIDO MÁS PODEROSO
Y OLVIDADO DEL CUERPO HUMANO

Oler no es solo percibir aromas. Es recordar, decidir, vincularse, protegerse, emocionarse y crear. No se trata de un acto secundario, sino de una forma profunda de estar en el mundo.

El fascinante universo del olfato propone un cambio de perspectiva: reconocer que la realidad no solo se ve y se escucha, sino que también se respira, y que en cada bocanada de aire hay información, historia y emoción esperando ser interpretadas.

A lo largo de este libro, **Laura López-Mascaraque** recorre con claridad y profundidad ese universo invisible que nos acompaña a cada paso. Desde la **biología** hasta el **arte**, desde la **neurociencia** hasta la **cocina**, desde los **perfumes** hasta la **tecnología**, el libro construye **una visión integral del olfato como sistema biológico, herramienta social, vehículo emocional y campo de innovación futura.**

Una obra divulgativa, amena y sorprendente que reivindica el poder de la nariz para comprender quiénes somos, cómo vivimos y qué sentimos. Una invitación a detenerse, respirar y redescubrir la riqueza invisible que nos rodea.

¿Puede un olor definir quién eres?

¿Puede devolvernos un recuerdo perdido?

¿Puede cambiar nuestro estado de ánimo o incluso alertarnos de una enfermedad?



El fascinante mundo del olfato es un ensayo que conecta neurociencia y vida cotidiana, cultura y tecnología, pasado y futuro.

El fascinante universo del olfato invita a redescubrir uno de los sentidos más decisivos y, al mismo tiempo, más olvidados de la experiencia humana. La autora, a lo largo del libro demuestra que oler no es un gesto secundario, sino una forma primordial de percibir, recordar, emocionarse y relacionarse con el mundo.

Capítulo a capítulo descubrimos cómo funciona el sistema olfativo y por qué está tan estrechamente ligado a la memoria, las emociones, la identidad y la salud. Pero Laura López-Mascaraque va más allá de la biología: explora también la presencia del olfato en la gastronomía, el arte, la cultura, la atracción, la enfermedad, la tecnología y la vida cotidiana.

A través de un enfoque divulgativo y riguroso, la autora **conecta los avances más recientes de la neurociencia con preguntas universales y experiencias cotidianas**: por qué un olor puede devolvernos a la infancia en un instante, cómo influye en nuestras decisiones sin que lo percibamos, o de qué manera puede alertarnos sobre cambios en el cuerpo, el entorno o el estado de ánimo. El libro convierte así al **olfato en una puerta de entrada para comprender mejor al ser humano**.

Con una **mirada científica y clara**, esta obra transforma nuestra percepción de la nariz y del aire que respiramos. Una invitación a comprender que en cada olor hay información, historia y experiencia, y que aprender a oler es también aprender a entendernos mejor

LA AUTORA: LAURA LÓPEZ-MASCARAQUE



Laura López-Mascaraque es doctora en Neurociencias y Profesora de Investigación del CSIC. Tras su formación postdoctoral en la Washington University de St. Louis (Missouri) y en el Salk Institute de La Jolla (California), lidera en el Centro de Neurociencias Cajal un grupo dedicado al estudio del desarrollo cerebral, en particular a comprender cómo un conjunto de células madre neurales se expande y se diferencia para generar finalmente un cerebro con el tamaño y la composición celular adecuados. Es gestora del área de Biociencias y Biotecnología de la Agencia Estatal de Investigación, presidenta de la Red Olfativa Española y de la European Chemoreception Organization. Ha sido vicedirectora del Instituto Cajal y presidenta del Comité Mujer y Neurociencia de la Sociedad Española de Neurociencia. Ha recibido el Premio Europeo de Divulgación Científica en Neurociencias y es Académica de Mérito de la Academia del Perfume ocupando el Sillon Orquidea.

EXTRACTO DE LA INTRODUCCIÓN DE LA AUTORA

«El olfato no es un sentido menor. Es un puente. Un atajo hacia lo más íntimo de lo que somos. Es capaz de desenterrar memorias, provocar emociones intensas, cambiar estados de ánimo, incluso romper silencios que parecían definitivos.

Este libro nace de ese asombro. Del asombro ante lo que el olfato es capaz de hacer. Porque no solo olemos lo que hay fuera: también olemos hacia dentro. Emitimos olores constantemente, aunque no lo notemos. Nuestro cuerpo tiene un aroma propio, una firma volátil que cambia con las emociones, la dieta, la salud, la edad. ¿Te has preguntado alguna vez si hueles distinto cuando estás enamorado, cansado o enfermo? ¿O por qué algunas personas nos resultan irresistibles... sin que sepamos explicar por qué?

Aquí **no solo hablaremos de cómo olemos, sino también de qué olemos y de qué olores emitimos**. Exploraremos cómo el olfato nos ayuda a sobrevivir, elegir, recordar, emocionarnos, vincularnos e incluso crear arte. Porque los olores están por todas partes: en la piel, en la memoria, en la comida, en los rituales, en el deseo, en el peligro y también en la belleza. Son invisibles, pero nos atraviesan y nos transforman. Y, sin embargo, **el olfato sigue siendo el gran postergado**. No lo cultivamos. No lo adiestramos. **Vivimos rodeados de aromas, pero no sabemos hablar de ellos**. Este libro quiere invitarte a despertar ese sentido dormido, a agudizar tu percepción, a oler con más consciencia.

A lo largo de las páginas que siguen, **recorreremos el mundo del olfato desde múltiples ángulos: la biología, la emoción, la cultura, la comida, el arte, la salud, la tecnología, la historia y la vida cotidiana**. Veremos cómo olemos los humanos, cómo huelen los animales, cómo huele el deseo, el miedo, la infancia, el cuerpo, la enfermedad. Descubriremos por qué algunos olores nos repelen, por qué otros nos enamoran, y cómo cambia nuestra relación con ellos a lo largo del tiempo.

¿Puede un olor definir quién eres? ¿Puede devolverte un recuerdo perdido? ¿Puede cambiarte el día, o salvarte la vida?

Este **no es un libro solo para científicos ni para perfumistas**. Es para cualquiera que haya sentido que un perfume le rompía el corazón. Para quien sabe, aunque nunca lo haya dicho, que el mundo huele, y que oler es también una forma de vivir».

EXTRACTO DEL PRÓLOGO DE JOSÉ RAMÓN ALONSO

«(...) El olfato ha sido, durante siglos, el gran olvidado entre nuestros sentidos. Frente a la vista o el oído, que han concentrado la mayor parte de la atención científica, cultural y social, el olfato permanecía en un discreto segundo plano. Sin embargo, hoy sabemos que constituye una puerta privilegiada hacia la memoria, las emociones y la construcción de nuestra identidad sensorial, así como un elemento clave en muchos aspectos de la interacción social.

En este libro, **Laura López-Mascaraque nos invita a recorrer con claridad y precisión el vasto territorio del olfato: desde los fundamentos biológicos y neurocientíficos hasta sus implicaciones en la vida cotidiana, la salud y la percepción del mundo que habitamos**. Es un libro oportuno, útil, ameno, necesario. Con un lenguaje accesible y a la vez riguroso, la autora consigue tender un puente entre la investigación más actual y el interés de un público amplio que desea comprender mejor cómo funciona uno de los sentidos más enigmáticos y determinantes de la experiencia humana.

(...)

La lectura de estas páginas nos revela tanto la complejidad del sistema olfativo, como también su centralidad en fenómenos tan diversos como la comunicación, el comportamiento social o la evocación de recuerdos. El resultado es **una obra que, sin renunciar a la solidez científica, logra transmitir la belleza de un campo de estudio en plena eferescencia**.

Este libro no solo informa: despierta la curiosidad y la conciencia de que **el olfato es mucho más que un sentido periférico; es un hilo invisible que nos conecta con nuestro entorno, con nuestra historia personal y con los demás.**

Es un privilegio escribir este prólogo y acompañar a la autora en este viaje, y una oportunidad única para redescubrir, a través de la ciencia, la riqueza de un sentido que, aun siendo invisible, impregna cada aspecto de nuestra existencia.

Dr. José Ramón Alonso. Instituto de Neurociencias de Castilla y León Universidad de Salamanca.

PRÓLOGO DE MARINA BARCENILLA

«Por fin se está hablando del olfato y de los aromas en ámbitos que no están relacionados con la perfumería. **La neurociencia** nos explica los beneficios de entrenar el olfato y de utilizarlo día a día. **La medicina** ha descubierto que una pérdida de olfato puede ayudarnos a predecir, detectar y tratar enfermedades antes de que aparezcan otros síntomas o de que una enfermedad avance demasiado. **La inteligencia artificial** puede diseñar nuevas moléculas y predecir su aroma, moléculas que se pueden utilizar no solo en perfumes, sino también en el mantenimiento de la salud mental, en el aprendizaje y en la creación de entornos inclusivos. **Las narices electrónicas** pueden detectar e identificar compuestos tóxicos o alérgenos en alimentos y bebidas, o enfermedades delatadas por la presencia de ciertos compuestos químicos en el sudor o el aliento de una persona de manera rápida y no invasiva. Todo esto es solo el comienzo, y gracias a personas como la autora de este libro, la Doctora Laura López-Mascaraque, el universo del olfato se está convirtiendo en una conversación seria que va más allá de lo que huele bien, de los perfumes y del ámbito cosmético. Ahora, encontramos una conversación científica que explora e investiga las posibilidades del sentido olvidado, y que pone su foco en los beneficios del desarrollo y el uso deliberado de nuestra nariz.

Este libro levanta el telón del olfato y nos lo presenta en todas sus facetas artísticas y científicas. Nos recuerda lo importante que el olfato era en el pasado y celebra que, a pesar de haber sido despreciado y relegado a lo animal o salvaje con el paso del tiempo, en estos momentos somos testigos de su renacimiento, y nos invita a formar parte de la revolución del olfato y a disfrutar de nuestras vidas de una manera diferente, añadiendo un poquito de magia que creíamos perdida, pero que perfumistas y «creadores de olores» como yo estamos recuperando.

Marina Barcenilla es perfumista, astrobióloga y divulgadora científica.

ALGUNOS CONCEPTOS CLAVE

Sobre el olfato y la memoria

«Vivimos rodeados de aromas, pero no sabemos hablar de ellos.»

El olfato tiene una conexión con las regiones cerebrales responsables de la memoria y la emoción. A diferencia de otros sentidos, la información olfativa llega directamente al sistema límbico, donde se encuentran estructuras como la amígdala y el hipocampo. Por eso un olor puede transportarnos de inmediato a un momento de la infancia, a una persona o a un lugar. Los aromas no solo se perciben: se convierten en experiencias emocionales profundamente grabadas en nuestra memoria.

«El olfato es un mago poderoso que te transporta a través de miles de kilómetros y todos los años que has vivido.» Helen Keller

Sobre el lenguaje de los olores

«¿Puede un olor definir quién eres? ¿Puede devolverte un recuerdo perdido? ¿Puede cambiarte el día, o salvarte la vida?»

Cada vez que respiramos, miles de moléculas invisibles entran en nuestra nariz y activan complejas redes neuronales capaces de identificar y diferenciar miles de olores. El cerebro traduce esas señales químicas en sensaciones, emociones y recuerdos. Lo que percibimos como un simple aroma es en realidad el resultado de un diálogo sofisticado entre la química del entorno y la biología del cerebro.

Sobre la singularidad del olfato humano

«Este proceso de renovación neuronal continua es una rareza en el sistema nervioso y explica por qué el olfato puede recuperarse tras una lesión leve o una infección. En cierto modo, es un sentido en permanente reconstrucción.»

El olfato es uno de los sentidos más variables entre individuos. Cada persona posee una combinación particular de receptores olfativos, determinada en parte por la genética y en parte por la experiencia. Por eso un mismo aroma puede resultar agradable para unos y desagradable para otros. Nuestros recuerdos, nuestra cultura y nuestra historia personal moldean la forma en que interpretamos los olores.

«El sistema olfativo establece una conexión directa entre el mundo químico y el cerebro.» Gordon Shepherd

Sobre el rol del olfato en la vida cotidiana

«Los olores poseen un poder singular: pueden hacernos regresar a un instante perdido, a un lugar que creíamos olvidado o a un estado emocional profundo, todo gracias a la acción silenciosa de unas pocas moléculas invisibles.»

El olfato participa silenciosamente en muchos aspectos de nuestra vida diaria: desde la elección de alimentos hasta la atracción entre personas, pasando por la percepción del peligro o la creación de ambientes emocionales. También desempeña un papel esencial en la gastronomía, el arte, el marketing y la construcción de identidades culturales.

Sobre el olfato y la salud

«Se ha demostrado, además, que la pérdida del sentido del olfato puede ser un indicador temprano de enfermedades neurodegenerativas como el Parkinson o el Alzheimer.»

La pérdida o alteración del olfato puede ser una señal precoz de enfermedades neurodegenerativas como el Parkinson o el Alzheimer. Por ello, el estudio del sistema olfativo se ha convertido en una herramienta valiosa para la medicina y la investigación neurológica. Comprender cómo funciona el olfato no solo nos ayuda a entender mejor el cerebro, sino también a detectar cambios importantes en nuestra salud.

«El olfato humano es una intrincada red de percepciones que va más allá de la simple identificación de olores; es una herramienta que nos ayuda a navegar por el espacio emocional y social.»

Alan Hirsch

Sobre el futuro del olfato

«El ejercicio es un factor de estrés. En la dosis adecuada nos fortalece; en exceso, nos debilita. El cerebro también necesita moderación.»

El desarrollo de narices electrónicas, sensores químicos y tecnologías capaces de reproducir aromas está abriendo nuevas posibilidades en campos como la medicina, la seguridad alimentaria, la realidad virtual o la inteligencia artificial. El olfato, durante siglos considerado un sentido menor, se está convirtiendo en un campo clave de innovación científica y tecnológica.

«El sabor lo crea el cerebro, no la lengua.»

Gordon M. Shepherd

ÍNDICE DE CONTENIDOS DEL LIBRO

- Prólogo de José Ramón Alonso
Prólogo de Marina Barcenilla
Nota de la autora
Capítulo 1. Narices que piensan: del aire a la memoria
Capítulo 2. La magia de los olores
Capítulo 3. El olfato humano en acción
Capítulo 4. Olores que nos definen: desde el desagrado hasta la atracción
Capítulo 5. Oler más allá de la nariz
Capítulo 6. El poder emocional del olfato
Capítulo 7. El olor del otro
Capítulo 8. El aroma de los sabores: comer con la nariz
Capítulo 9. La magia del perfume: del incienso a la inteligencia artificial
Capítulo 10. El arte de los aromas y los aromas en el arte
Capítulo 11. Vivir en blanco y negro: la pérdida del olfato
Capítulo 12: El mal tiene un olor inconfundible
Capítulo 13. Marketing olfativo: marcas que huelen, decisiones que no vemos
Capítulo 14. El olfato artificial y sensores del mañana
Capítulo 15. El olfato del mañana: de la neurociencia al arte y la emoción
-

EL FASCINANTE UNIVERSO DEL OLFATO

Todo lo que siempre quisiste saber sobre el sentido más misterioso

Laura López-Mascaraque

Geoplaneta, 2026

15 x 23 cm.

288 páginas

Rústica c/ solapas

PVP c/IVA: 19,90 €

A la venta desde el 25 de marzo de 2026



[Para más información a prensa y entrevistas con Laura López-Mascaraque:](#)

Lola Escudero. GeoPlaneta

M: 619 212 722

lescudero@planeta.es