

libros

Inmortales y perfectos

→ **Salvador Macip.** Ed. Destino

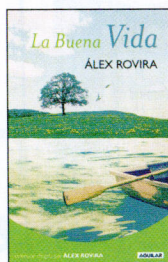
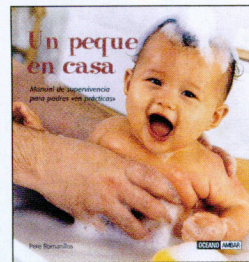
Este médico lleva más de una década investigando sobre cáncer, radicales de oxígeno y envejecimiento celular en laboratorios de gran prestigio. Desde su posición de investigador puntero en uno de los campos científicos más exigentes y cambiantes, se ha decidido a explicar en este libro los principales progresos de la biomedicina en los últimos años y a plantear cómo se espera que cambien radicalmente nuestras vidas en el futuro cercano gracias a herramientas como la clonación terapéutica o las células madre. También se repasa ampliamente la lucha contra el cáncer y contra los mecanismos que nos hacen envejecer.



Un peque en casa

→ **Pere Romanillos**
Ed. Océano Ámbar

En los tiempos que corren, tener un hijo es toda una aventura. Más aún cuando los padres son novatos y no saben por dónde empezar. Si es tu caso, puede que necesites este práctico y divertido manual de supervivencia para madres (y padres) "en prácticas". Un libro cargado de consejos, estrategias y trucos que el autor (un papá periodista) ha ido recopilando con las experiencias reales de madres y padres más experimentados.



La buena vida

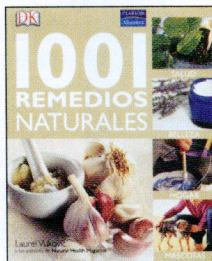
→ **Álex Rovira.** Ed. Aguilar

Un compendio de reflexiones sobre cómo vivir la vida. Las palabras del autor nos recuerdan que la buena vida habita en nosotros mismos y que la consecución de muchos sueños se esconde tras los gestos más cotidianos. El pesimismo, la hipocresía o la resignación pueden llegar a ser como piedras en el zapato y dificultar nuestro deambular por la vida, que, según el autor, debe efectuarse con los pies firmes en el suelo y la mirada hacia las estrellas.

1001 remedios naturales

→ **Laurel Vukovic.** Ed. Pearson Alhambra

Jengibre contra la migraña, infusión de pasiflora para combatir el insomnio, aceite de eucalipto para acabar con las polillas de la ropa... El libro ofrece una ingente cantidad de recetas caseras y con ingredientes fáciles de conseguir para curar dolencias comunes, alimentarse bien o crear un ambiente sano y agradable en casa. La autora ha sido colaboradora durante más de una década de la revista *Natural Health*.

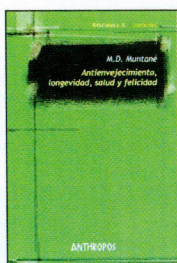


Gimnasia mental

→ **VV.AA.** Ed. Integral



Gracias a la teoría de las inteligencias múltiples sabemos que la inteligencia no es algo unitario, sino un conjunto de capacidades diferenciadas e independientes. Por eso no resulta extraño que este libro ofrezca ejercicios para evaluar y potenciar al máximo nueve tipos de inteligencia: la numérica, la lingüística, la emocional, la física, la espacial, la musical, la creativa, la intuitiva y la naturalista. Se trata de una sugerente propuesta que se suma a la nutrida oferta de productos orientados a estimular nuestra mente.



Antienvejecimiento, longevidad, salud y felicidad

→ **M.D. Muntané.** Anthropos Ed.

Este libro pretende ser una herramienta para conseguir un buen reglaje de nuestro metabolismo, de forma que logremos ralentizar el envejecimiento y que nuestra edad biológica sea inferior a nuestra edad cronológica. También repasa el cuidado de la apariencia externa del cuerpo a través de métodos conservadores y técnicas quirúrgicas.

Viktor E. Frankl: El sentido de la vida

→ **Elisabeth Lukas**
Ed. Plataforma

Una discípula del neurólogo y psiquiatra Viktor E. Frankl repasa aquí la doctrina de su mentor. La obra recoge los principales aspectos de la logoterapia y los complementa con ejemplos reales y apuntes biográficos, por lo que constituye todo un muestrario del pensamiento y la vida de este vienés que sobrevivió a los campos de exterminio nazis.

