



Concebir un hijo con naturalidad

EQUILIBRIO HORMONAL PARA TU FERTILIDAD

R. Greene y L. Tarkan • Ed. Urano
Barcelona 2009 • 378 pág. • 17 €

Son cada vez más las parejas que tienen dificultades para concebir. Muchas recurren a los métodos artificiales, pero son caros, agresivos con el cuerpo de la mujer y no siempre tienen éxito. Las estrategias naturales para favorecer la fertilización son respetuosas con el organismo y tienen un éxito sorprendente. El doctor Robert K. Greene, una autoridad mundial en salud reproductiva, enumera todo lo que una pareja —la mujer y el hombre— puede hacer naturalmente para tener un hijo. Es, sin duda, la obra más completa y rigurosa publicada hasta ahora sobre el tema.

Entre la supervivencia y la alta cocina

LA MEJOR COCINA CON FLORES, PLANTAS Y FRUTOS SILVESTRES

Iolanda Bustos • Ed. Salsa Books
Barcelona 2009 • 304 pág. • 19,50 €

Iolanda Bustos, chef del restaurante La Caléndula, en Girona, ha escrito un libro original donde los haya: ofrece más de 100 recetas elaboradas con alimentos silvestres autóctonos. Este tipo de alimentos —que en las fotos a color de la obra se ven en el campo y en el plato— fueron populares antaño pero han caído en el olvido. Bustos explica sus propiedades y los recupera en espectaculares recetas.



La música nos mueve profundamente



MUSICOFILIA
O. Sacks • Ed. Anagrama
Barna 2009 • 462 pág. • 21 €

El conocido neurólogo y escritor Oliver Sacks posee una habilidad especial para convertir los casos médicos extraordinarios en interesantes lecciones sobre la naturaleza humana. El autor de «El hombre que confundió a su mujer con un sombrero» y «Despertares» protagoniza aquí él mismo uno de los casos, pues tras un grave accidente mientras escalaba sufrió tanto alucinaciones musicales como incapacidad para apreciar las melodías. Cuenta también las experiencias del Che Guevara y decenas de personalidades de la historia y el arte, junto con las de muchas personas anónimas. El resultado es una lectura fascinante, llena de humor y pasión por el conocimiento, que descubre la musicalidad de la especie humana: la música nos caracteriza tanto o más que la capacidad de hablar y nos mueve profundamente.

Donde el corazón late



¡VIVA EL PERICARDIO LIBRE!
Montserrat Gascón • Ed. Vesica Piscis
Granada 2008 • 102 pág. • 18 €

EL SECRETO DEL CORAZÓN

Montserrat Gascón • Autoedición
Barna 2009 • 192 pág. y DVD • 60 €

Montserrat Gascón asegura que el pericardio, la membrana que envuelve el corazón, es el vínculo entre el cuerpo, el alma y el espíritu. Como osteópata, ha desarrollado las técnicas de «liberación del pericardio» para curar patologías psicósomáticas. En «¡Viva el pericardio libre!» explica estos hallazgos, que en su novela «El secreto del corazón» se equiparan... al Santo Grial. El libro imita el diseño de un incunable, pero se acompaña de un DVD, una entrevista a la autora y una meditación guiada. Esta carismática terapeuta, famosa por sus atinadas sesiones, empieza ahora a serlo por sus obras.

equiparan... al Santo Grial. El libro imita el diseño de un incunable, pero se acompaña de un DVD, una entrevista a la autora y una meditación guiada. Esta carismática terapeuta, famosa por sus atinadas sesiones, empieza ahora a serlo por sus obras.

La industria más voraz

UN PLANETA DE GORDOS Y HAMBRIENTOS

Luis de Sebastián • Ed. Ariel
Barna 2009 • 358 pág. • 18,50 €

Este ha sido el último libro de Luis de Sebastián: el ex-jesuita y catedrático de Economía de Esade en Barcelona, una de las escuelas de negocios más importantes del mundo, falleció el pasado mes de mayo a los 74 años de edad. Después de su larga estancia en El Salvador, afrontó como misión vital denunciar las injusticias que sufren los pobres. En esta obra explica, con su estilo didáctico, valiente y directo, nutrido de datos objetivos, que tanto la desnutrición en el Mundo Pobre como la



obesidad en el Mundo Rico son fruto de un sistema económico dominado por empresas alimentarias que realizan todo tipo de prácticas abusivas e ilegales. Engordar las cifras es lo primero.