



Título: MI VIDA ES QUÍMICA

Autor/a: Mai Thi Nguyen - Kim

Editorial: Ariel

Año: 2020

Reseña: Las personas tienen una idea preconcebida no solo de la química en sí, sino también de quienes se dedican a ella. Salvo un par de excepciones, los científicos son vistos como criaturas desconocidas, encerradas en laboratorios y bibliotecas.

En *Mi vida como química*, Mai Thi Nguyen-Kim desmonta esta imagen y comparte con humor y honestidad su día a día. ¿El objetivo? Demostrarnos que la química es realmente todo, desde las moléculas que intervienen en el sueño, el estrés y la temperatura de las cosas, hasta los procesos que participan en el consumo de alcohol, la vida sedentaria, el desorden, la limpieza...



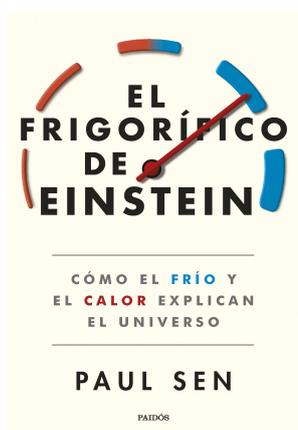
Título: EL FUTURO RECORDADO

Autor/a: Irene Vallejo

Editorial: Contraseña

Año: 2020

Reseña: En la mejor tradición del periodismo sosegado, cultural y filosófico, las columnas recopiladas en "El futuro recordado" captan el palpito de nuestra época llamando a las voces del pasado. Sirviéndose de los materiales cotidianos de la vida actual, Irene Vallejo elabora pequeñas piezas literarias en las que recrea un imaginario banquete con ilustres invitados como Safo, Tucídides, Séneca, Epicteto, Gracián, Montesquieu o Wilde, entre otros muchos.



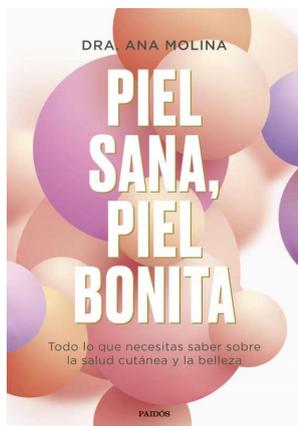
Título: EL FRIGORÍFICO DE EINSTEIN

Autor/a: Paul Sen

Editorial: Paidós

Año: 2022

Reseña: Las leyes de la termodinámica, la rama de la física que se ocupa de la energía y la entropía, rigen en el universo: desde el comportamiento de las células vivas hasta el agujero negro en el centro de nuestra galaxia, así como por qué debemos comer y respirar, cómo se encienden las luces, los límites de la informática y cómo acabará el universo. Las brillantes mentes que descifraron sus leyes procedían de todas las ramas de la ciencia; eran ingenieros, físicos, químicos, biólogos, cosmólogos y matemáticos. Paul Sen nos presenta a todos los protagonistas que contribuyeron al progreso científico a través del tiempo y las naciones. Increíblemente motivados e idealistas, sus descubrimientos han ayudado a crear el mundo contemporáneo y han transformado todas las ramas de la ciencia, desde la biología hasta la cosmología.



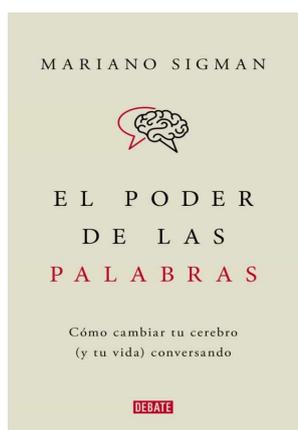
Título: PIEL SANA, PIEL BONITA

Autor/a: Dra. Ana Molina

Editorial: Paidós

Año: 2022

Reseña: Basada en los conocimientos científicos actuales sobre el funcionamiento de la piel, este libro ofrece todo lo necesario para que podamos cuidar de nuestra piel de forma adecuada y desterrar mitos y engaños promovidos en muchos casos por la industria de la belleza. Así, la doctora Molina nos explica qué estructura y funciones tiene la piel, qué hábitos debemos incorporar a nuestra vida diaria para mantener una piel saludable y cómo evitar el envejecimiento.



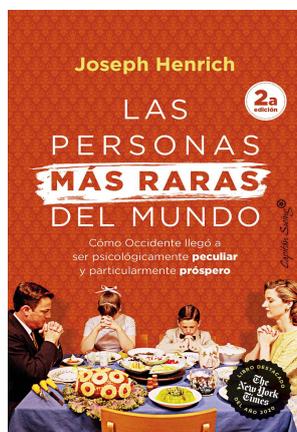
Título: EL PODER DE LAS PALABRAS

Autor/a: Mariano Sigman

Editorial: Debate

Año: 2022

Reseña: Nuestra mente es mucho más maleable de lo que pensamos. Aunque nos resulte sorprendente, conservamos durante toda la vida la misma capacidad de aprender que teníamos cuando éramos niños. Lo que sí perdemos con el paso del tiempo es la necesidad y la motivación para aprender, de modo que vamos construyendo sentencias sobre lo que no podemos ser: el que está convencido de que las matemáticas no son lo suyo, la que siente que no nació para la música, la que cree que no puede manejar su enfado y el que no puede superar sus miedos. Demoler estas creencias es el punto de partida para mejorar cualquier cosa, en cualquier momento de la vida.



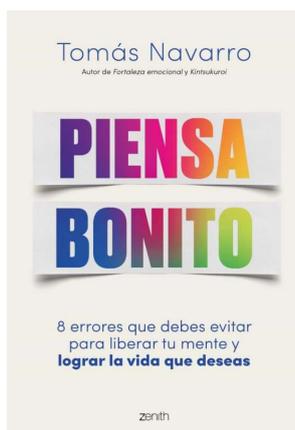
Título: LAS PERSONAS MAS RARAS DEL MUNDO

Autor/a: Joseph Henrich

Editorial: Capitán Swing

Año: 2020

Reseña: Un relato audaz y épico sobre cómo la coevolución de la psicología y la cultura creó la peculiar mente occidental que ha moldeado profundamente el mundo moderno. Quizás usted sea RARO: criado en una sociedad occidental, educada, industrializada, rica y democrática. Si es así, es bastante peculiar psicológicamente.



Título: PIENSA BONITO

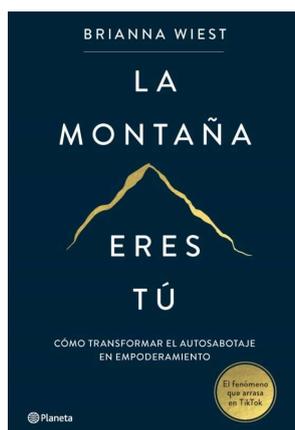
Autor/a: Tomás Navarro

Editorial: Planeta

Año: 2021

Reseña: Vuelve Tomás Navarro, autor de Fortaleza emocional y Kintsukuroi, con una guía breve para detectar los ocho errores de pensamiento más frecuentes, superar nuestras limitaciones y desarrollar todo nuestro potencial.

El psicólogo Tomás Navarro nos acerca a un nuevo estilo de pensamiento más abierto, más creativo y más resiliente para lograr una vida más plena.



Título: LA MONTAÑA ERES TÚ

Autor/a: Brianna Wiest

Editorial: Planeta

Año: 2023

Reseña: Durante siglos, la imagen de la montaña se ha utilizado como metáfora para simbolizar los grandes desafíos a los que nos enfrentamos, en especial aquellos que parecen imposibles de superar. Para conquistar la cumbre es necesario hacer un profundo trabajo interno para aprender a identificar y modificar las conductas que nos llevan al autosabotaje. Al final, la montaña no se moverá, seremos nosotros quienes lograremos conquistarla.



Título: EL LIBRO DE LAS PLANTAS OLVIDADAS

Autor/a: Mariano Sigman

Editorial: Ariel

Año: 2019

Reseña: Un inventario bellamente ilustrado y lleno de curiosidades que cautivará a todo tipo de lector.

¿Por qué hemos olvidado la riqueza que esconden determinados frutos, hojas, cortezas o flores? Por plantas olvidadas entendemos especies «poco aptas al ecosistema supermercado» y al entorno urbano en el que vivimos. Ante el nulo o vago recuerdo de nuestra flora, este libro nos sorprende con plantas comestibles, medicinales, decorativas, melífera y que pueden ser verdaderamente relevantes para nosotros en pleno siglo XXI.



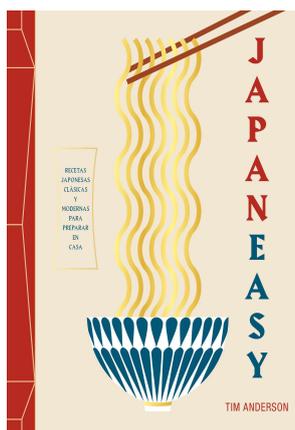
Título: LOS ÚLTIMOS NIÑOS EN EL BOSQUE

Autor/a: Richard Louv

Editorial: Katz

Año: 2020

Reseña: Acampar en el jardín, ir en bicicleta por el bosque, trepar a los árboles, atrapar insectos, recoger flores silvestres, correr entre pilas de hojas de otoño... Estas son las cosas de las que están hechos los recuerdos de infancia. Pero para la generación de hoy en día, faltan los placeres de una infancia libre y sus hábitos conducen a la obesidad epidémica, el trastorno por déficit de atención, el aislamiento y la depresión infantil.



Título: JAPANEASY

Autor/a: Tim Anderson

Editorial: Lunwerg

Año: 2018

Reseña: No me digas que no te fascina la comida japonesa. Lástima que sea tan complicado prepararla en casa, ¿no es cierto? Pues no, no es cierto. Este libro revela que muchas recetas niponas no requieren ingredientes especializados y que se pueden preparar rápidamente con productos que se consiguen en el supermercado más cercano.

JapanEasy es una introducción a la cocina del país del sol naciente a través de algunos de sus platos más accesibles y, al mismo tiempo, más auténticos.



Título: HIJOS DE LA FÁBULA

Autor/a: Fernando Aramburu

Editorial: Tusquets

Año: 2023

Reseña: Dos jóvenes exaltados, Asier y Joseba, se marchan en 2011 al sur de Francia con la intención de convertirse en militantes de ETA. Esperan instrucciones en una granja de pollos, acogidos por una pareja francesa con la que apenas se entienden. Allí se enteran de que la banda ha anunciado el cese de la actividad armada. Abandonados a su suerte, sin dinero, sin experiencia ni armas, deciden continuar la lucha por su cuenta, fundando una organización propia. El contraste entre el afán de gestas y las peripecias más ridículas, bajo una lluvia pertinaz, va llevando la historia hacia una especie de drama cómico. Hasta que conocen a una joven que les propone un plan.



Título: LA SECTA

Autor/a: Camilla Lackberg

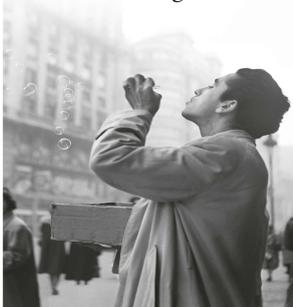
Editorial: Planeta

Año: 2023

Reseña: La investigadora Mina Dabiri y sus compañeros del departamento de Homicidios de la policía de Estocolmo están siendo puestos a prueba de nuevo: un niño ha desaparecido de un parque infantil y el caso comparte muchas similitudes con un secuestro anterior que tuvo un trágico desenlace.

Seix Barral

Ignacio Martínez de Pisón
Castillos de fuego



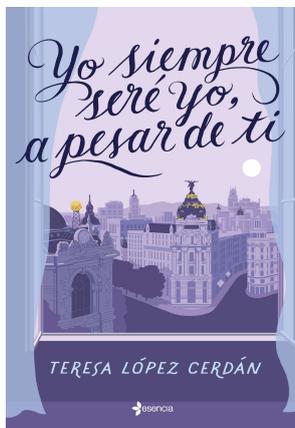
Título: CASTILLOS DE FUEGO

Autor/a: Ignacio Martínez de Pisón

Editorial: Seix Barral

Año: 2023

Reseña: Una novela que encierra más verdad que muchos libros de Historia y que transmite el pulso de un tiempo en el que el miedo casi arrasa con la esperanza que, de forma natural, se abre camino entre la devastación. Una época de reconstrucción en la que la Guerra Civil Española ha acabado solo para algunos pero en la que nadie está a salvo, ni los que se alzaron a los pies del dictador ni los que lucharon por derrocarlo.



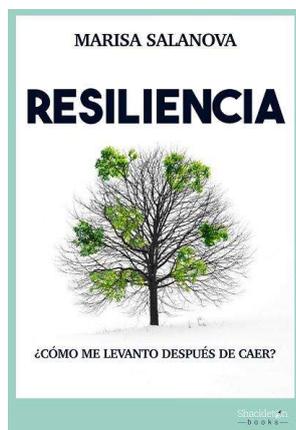
Título: YO SIEMPRE SERÉ YO, A PESAR DE TI

Autor/a: Teresa López Cerdán

Editorial: Esencia, Planeta

Año: 2023

Reseña: Una novela que nos habla del amor en el siglo XXI y, sobre todo, del amor propio, el crecimiento personal y la lucha contra los estándares sociales.



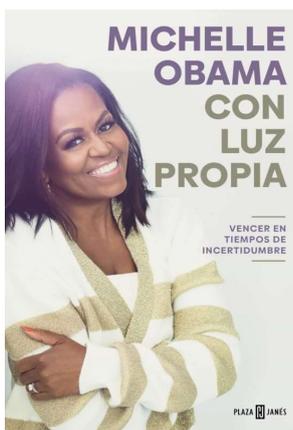
Título: RESILIENCIA

Autor/a: Marisa Salanova

Editorial: Seix Barral

Año: 2022

Reseña: Las adversidades nos producen sufrimiento, pero también nos brindan una gran oportunidad para crecer. Si nos enfrentamos a ellas con resiliencia podemos salir fortalecidos, con un aprendizaje sobre nosotros mismos y nuestras capacidades que nos permitirá ser más maduros psicológicamente.



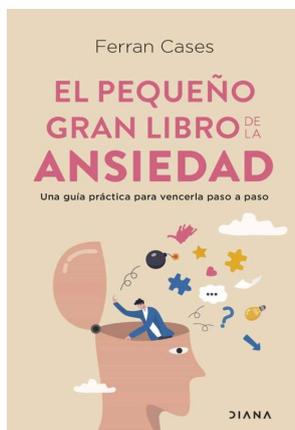
Título: CON LUZ PROPIA. VENCER EN TIEMPOS DE INCERTIDUMBRE

Autor/a: Michelle Obama

Editorial: Plaza & Janes

Año: 2022

Reseña: Después de *Mi historia*, el libro de memorias aclamado por la crítica y número uno en ventas, llega esta inspiradora obra en la que Michelle Obama, ex primera dama de Estados Unidos, comparte conocimientos prácticos y estrategias eficaces para conservar la esperanza y la estabilidad en el mundo tan incierto en el que vivimos.



Título: EL PEQUEÑO GRAN LIBRO DE LA ANSIEDAD

Autor/a: Ferran Cases

Editorial: Diana

Año: 2023

Reseña: Angustia, nervios, preocupación, pánico? todos nos hemos visto afectados por la ansiedad alguna vez. No en vano es una de las afecciones mentales más comunes en Occidente, que puede presentarse como una simple molestia pero que en ocasiones se convierte en una enorme nube negra que nos impide vivir como queremos. Ferran Cases, experto en ansiedad, nos invita a explorar los patrones que nos llevan a sentir ansiedad y nos enseña cómo cambiarlos. Todo ello en pequeños y asequibles pasos, que el autor representa en forma de una escalera de etapas a superar.



Título: TÚ ERES LO ÚNICO QUE FALTA EN TU VIDA. LIBÉRATE DEL EGO A TRAVÉS DEL ENEAGRAMA

Autor/a: Borja Vilaseca

Editorial: Vergara

Año: 2023

Reseña: Quince años después de la publicación de *Encantado de conocerme*, Borja Vilaseca nos brinda el libro definitivo sobre el Eneagrama: la mejor herramienta de autoconocimiento que existe para ser consciente de cómo el ego te mantiene esclavizado.



Título: LO MEJOR DE MI

Autor/a: Elena Puig Guitart

Editorial: Grijalbo

Año: 2023

Reseña: Aprender a ser la mejor versión de ti mismo es un camino de vida y de por vida. Un viaje que solo tú puedes realizar, que emprendes el día en que llegas a este mundo y que finalizas cuando te marchas de él, con la certeza de haber vivido con sentido. Esta guía práctica y accesible pone a tu disposición un conjunto de reflexiones y ejercicios que te ayudarán a recorrerlo con éxito.

Anders Hansen

El cerebro depre



Por qué no estamos programados
para estar bien siempre
y cómo dejar de obsesionarnos
por la búsqueda de la felicidad

LIBROS CÚPULA

Título: EL CEREBRO DEPRE

Autor/a: Anders Hansen

Editorial: Libros Cúpula

Año:

Reseña: ¿Por qué actualmente, incluso cuando lo tenemos todo, tanta gente padece trastornos mentales? Esta obra defiende la ansiedad y la depresión como estados naturales en el ser humano: no estamos predispuestos a ser felices todo el tiempo. Pero en la actualidad, en una sociedad apresurada, digital y constantemente conectada, nos sentimos presionados a ir en pos de la eterna búsqueda de la felicidad.



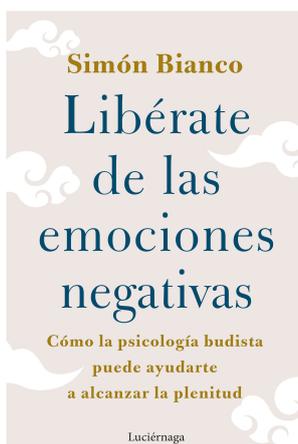
Título: ÉRASE UNA PERSONA QUE QUERÍA CAMBIAR SUS HÁBITOS

Autor/a: María José Sánchez Yago

Editorial: Anaya

Año: 2023

Reseña: Eres una persona inteligente, curiosa, con ganas de aprender, interesada en crecer, en vivir mejor. Sabes que vivir es mucho más que sobrevivir y, aun así, sigues cierta inercia. Déjame que te pregunte: ¿te atreves a cambiar tus hábitos? ¿Quieres reescribir tu mente? Tú no eres tus hábitos... ¡eres mucho más! Tú creaste tus hábitos, tú los puedes cambiar. De forma sencilla, práctica y fundamentada este libro quiere mostrarte un camino de cómo hacerlo.



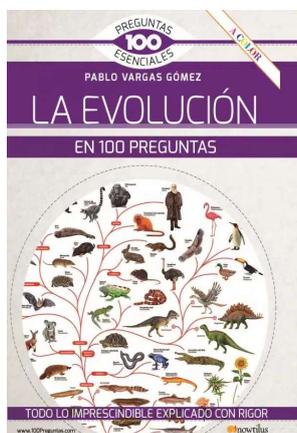
Título: LIBÉRATE DE LAS EMOCIONES

Autor/a: Simón Bianco

Editorial: Luciérnaga

Año: 2023

Reseña: En esta obra, contarás con un verdadero amigo, un manual que te permitirá gestionar cada emoción negativa, incidiendo de forma diferencial en cada una, aprendiendo las técnicas de meditación específicas para poder superarlas. Ideal para cualquier persona que simplemente desee mejorar su salud mental y emocional, a la vez que constituye una perfecta introducción a la meditación y psicología budista.



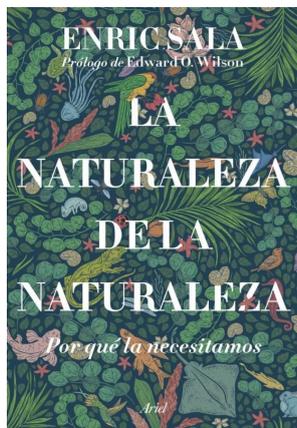
Título: LA EVOLUCIÓN EN 100 PREGUNTAS

Autor/a: Pablo Vargas

Editorial: Nowtilus

Año: 2022

Reseña: Los lectores piensan que Darwin acertó cuando formuló todas sus ideas, y que los resultados de los últimos años no han hecho más que darle la razón. Y nada más lejos de la realidad. Hay muchas novedades. En este libro se hará un recorrido completo sobre la Evolución de los seres vivos a través de 100 preguntas clave. En concreto, se mostrarán los conceptos que prevalecen, se actualizarán las nuevas ideas, se mostrará cómo se investiga actual-mente la Evolución, se indicarán las herramientas más modernas y se discutirá lo que es conocido y los aspectos aun en debate en el mundo científico.



Título: LA NATURALEZA DE LA NATURALEZA

Autor/a: Enric Sala

Editorial: Ariel

Año: 2022

Reseña: Enric Sala, ecologista y biólogo marino de fama mundial, nos muestra en este libro inspirador las múltiples razones por las que preservar la biodiversidad de la Tierra es fundamental tanto desde la lógica como desde las emociones y la economía. A partir de los momentos claves de su toma de conciencia científica, el autor nos enseña por qué nuestra supervivencia depende de todas las especies.



Título: ACCIONISTAS DEL CAMBIO

Autor/a: Irene Baños Ruiz

Editorial: Boldletters

Año: 2022

Reseña: La ciencia no deja lugar a dudas: la crisis climática y medioambiental nos sitúa en un punto de inflexión histórico en el que debemos actuar de forma firme y rápida. Es nuestro bienestar y el de otras muchas especies lo que está en juego. Necesitamos estar plenamente concienciados de la urgencia para emprender una transformación de paradigma socio-económico y cimentar este cambio a través de una adecuada educación ambiental y aportando soluciones.



Título: EL LIBRO DE LA FÍSICA

Autor/a: Clifford E. Pickover

Editorial: Librero

Año: 2021

Reseña: Este libro nos ofrece 250 de los hitos más fascinantes de la historia de física, desde el año 1500 a. C. hasta nuestros días. Algunas fórmulas relevantes y conceptos físicos acompañan a los fascinantes hallazgos y aplicaciones en el mundo real que fueron fruto de las figuras más importantes y sobresalientes del mundo, entre las que se encuentran Isaac Newton, James Clerk Maxwell, Marie Curie, Albert Einstein, Richard Feynman o Stephen Hawking.



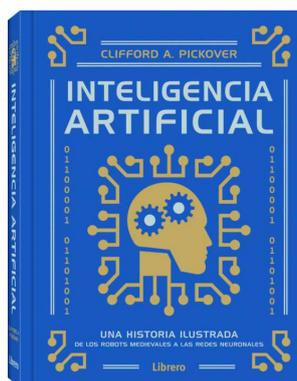
Título: LA LUZ REVELADA

Autor/a: Serge Haroche

Editorial: Debate

Año: 2022

Reseña: ¿Que es la luz, ese fenómeno que ha iluminado y fascinado a la humanidad desde el principio de los tiempos? Serge Haroche traza el panorama de lo que sabemos hoy sobre ella, cómo lo aprendimos y hasta que punto todo ello revolucionó nuestra vida. Al rastrear la historia de la ciencia de la luz desde Galileo hasta nuestros días, Haroche nos enseña también cómo nació la teoría de la relatividad y de dónde proviene la física cuántica.



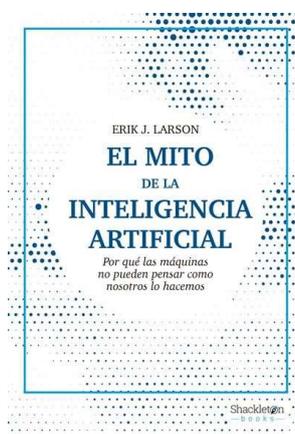
Título: INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Autor/a: Clifford E. Pickover

Editorial: Librero

Año: 2021

Reseña: Clifford A. Pickover nos ofrece una historia de la inteligencia artificial, hoy día uno de los tópicos más candentes e interesantes de la ciencia. Partiendo de hace más de 1000 años con la invención de juegos antiguos, Pickover enlaza con maestría los hitos culturales y técnicos que nos trajeron a este momento del desarrollo de la IA. De los primeros autómatas a la amenaza que supondría para la humanidad una IA fuera de control, Inteligencia artificial nos cuenta con palabras e imágenes cómo estamos creando inteligencias que amplifican y sobrepasan la nuestra.



Título: EL MITO DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Autor/a: Erik J. Larson

Editorial: Shackleton Books

Año: 2022

Reseña: Erik Larson es un científico e investigador pionero en el procesamiento del lenguaje natural, además de empresario tecnológico que trabaja a la vanguardia de la IA. En este libro nos acompaña en un recorrido por el panorama actual de este ámbito para demostrar lo lejos que estamos realmente de la superinteligencia y qué sería necesario para llegar a ella.



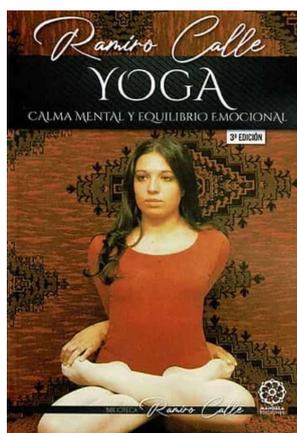
Título: ¿PUEDO HABLAR DE MI SALUD MENTAL?

Autor/a: Beatriz Cepeda y Enrique Aparicio

Editorial: Aguilar

Año: 2023

Reseña: Desde su exitoso pódcast, ¿Puedo hablar!, Enrique Aparicio (Esnórquel) y Beatriz Cepeda (Perra de Satán) rompen tabúes y tratan con naturalidad cuestiones como la ansiedad, la depresión, los trastornos de la conducta alimentaria o la ideación suicida. El libro ¿Puedo hablar de mi salud mental! es el puente que quieren tender a todas las personas que intuyen que hay algo en su vida que falla, pero no se atreven a pedir ayuda. Su ejemplo, el de dos personas para las que la terapia ha sido fundamental, puede servir de impulso para quienes saben que deben arreglar algo en su cabeza, aunque no sepan bien lo que es.



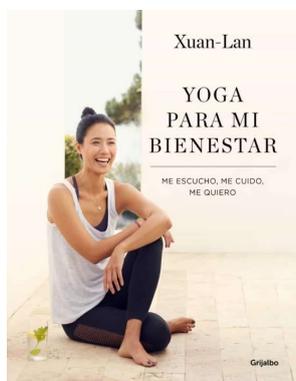
Título: YOGA CALMA MENTAL Y EQUILIBRIO EMOCIONAL

Autor/a: Ramiro Calle

Editorial: Mandala Ediciones

Año: 2022

Reseña: El yoga nos enseña a mantener el equilibrio aún en el desequilibrio, la mente serena aún en una atmósfera de agitación. Nos procura un método que es un arte del vivir en armonía con nosotros y con los demás, pero dándonos herramientas para poder confrontar las dificultades y vicisitudes propias de toda vida humana. Ramiro Calle presenta al lector un libro diferente. Pretende, sin presunción, ser una obra esencialmente útil, en la que se ofrezcan todos los principios teóricos y prácticos del yoga, para que la persona pueda conocerlo a fondo y beneficiarse con su práctica.



Título: YOGA PARA MI BIENESTAR

Autor/a: Xuan-Lan

Editorial: Grijalbo

Año: 2018

Reseña: En su nuevo libro Xuan-Lan comparte consejos de vida saludable, basados en su amplia trayectoria como experta en yoga y bienestar. De su mano descubrirás los beneficios de la práctica del yoga a través de la meditación, la respiración y las posturas específicas para mejorar aspectos concretos como la autoestima o el sueño. También conocerás los principios de una filosofía milenaria que te proporcionará las pautas para una vida plena y equilibrada.



Título: COCINA PARA FAMILIAS ESTRESADAS

Autor/a: Eva Olivares y Busquets

Editorial: Lectio

Año: 2022

Reseña: Evacuinera propone ideas y soluciones para ahorrar tiempo y esfuerzos en la cocina, y así poder disfrutar de las cosas importantes. Cocina para familias estresadas es un libro de recetas que pretende, desde el humor y el lenguaje fácil, aportar herramientas y soluciones para familias que se preocupan por la alimentación de sus hijos.



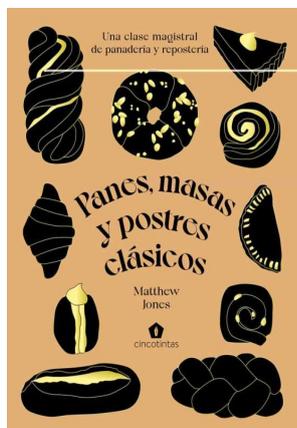
Título: COCINANDO EN CASA

Autor/a: David Chang

Editorial: Neo- Person

Año: 2022

Reseña: El chef de Momofuku cocina en casa... y allí casi siempre «se olvida» de seguir las recetas, aprovecha electrodomésticos como el microondas y se inspira en su madre para preparar unos platos fantásticos en un abrir y cerrar de ojos. David Chang se formó como chef en restaurantes en los que todo costaba mucho esfuerzo, pero su madre, una de las mejores cocineras que él conoce, nunca ha considerado que preparar la comida tenga que ser un trabajo duro. Tampoco la madre de la escritora gastronómica Priya Krishna. De ahí que Dave y Priya se propusieran estudiar con detenimiento las formas más inteligentes, rápidas, flexibles, sabrosas y absolutamente imperfectas de cocinar.



Título: PANES, MASAS Y POSTRES CLÁSICOS

Autor/a: Matthew Jones

Editorial: Cincotintas

Año: 2022

Reseña: Sea cual sea tu nivel, este asombroso libro va a convertirte en un panadero doméstico experto. Contiene 90 recetas fáciles, entre clásicos dulces y salados, y muchos favoritos de temporada, para que disfrutes haciendo panes y elaborando repostería como un profesional en la cocina de casa.



Título: LA COCINA JAPONESA ILUSTRADA

Autor/a: Laure Kié

Editorial: Col&Col

Año: 2022

Reseña: La cocina japonesa ilustrada mantiene un equilibrio entre libro de cocina y de cultura. Las recetas, detalladas y totalmente ilustradas con sus ingredientes, el paso a paso y el plato final, se intercalan con anécdotas culturales que permiten que el lector se sienta en total inmersión a medida que avanza a través de sus páginas.



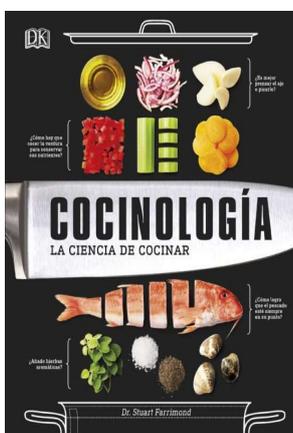
Título: COCINA PARA DISFRUTONES

Autor/a: Martín Berasategui

Editorial: Grijalbo

Año: 2022

Reseña: Martín Berasategui, el chef de las 13 estrellas Michelin, se ha propuesto que disfrutes cocinando. ¿Cómo? Con productos tradicionales, de temporada y de la mejor calidad. Las 80 mejores recetas, fáciles, sabrosas y saludables para que no te de pereza cocinar, sepas que preparar en cada momento y ¡te lo pases bien!



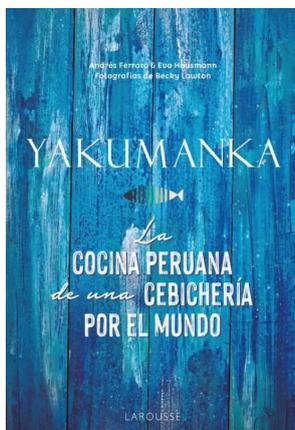
Título: COCINOLOGÍA

Autor/a: Stuart

Editorial: DK

Año: 2018

Reseña: Descubre con Cocinología los conceptos fundamentales de la cocina revelados junto con prácticos consejos y técnicas paso a paso, que harán de tu cocina un auténtico laboratorio. Encuentra las respuestas a las preguntas que hasta ahora no tenían solución con capítulos dedicados a los principales alimentos y preparaciones: carnes, aves, pescados, legumbres y cereales o vegetales entre otros.



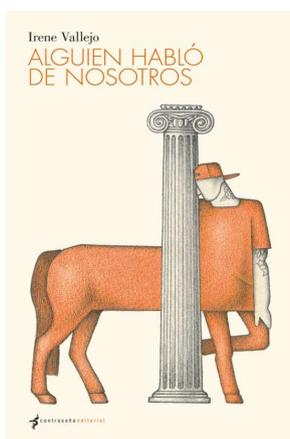
Título: YAKUMANKA. LA COCINA PERUANA DE UNA CEBICHARÍA POR EL MUNDO

Autor/a: Andrés Ferraro

Editorial: Larousse

Año: 2022

Reseña: Este libro nace con la idea de servir como consulta para aquellos interesados en llenar su corazón con los sabores del Perú. Presentando un compilado de recetas y técnicas para practicar y disfrutar de su progresión. Desmenuzamos las bases de una cocina elaborada para hacerla simple, al alcance de todos los que, con nostalgia o simple curiosidad, buscan replicar los sabores peruanos originales en el resto del mundo.



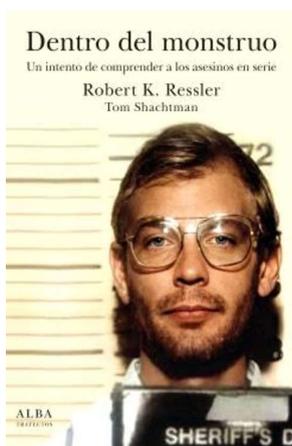
Título: ALGUIEN HABLÓ DE NOSOTROS

Autor/a: Irene Vallejo

Editorial: Contraseña

Año: 2017

Reseña: En su columna semanal en el diario "Heraldo de Aragón", Irene Vallejo ofrece una original muestra de este género periodístico mediante la cual ilumina el fragor cotidiano y la trepidante complejidad del presente con la luz de los clásicos de la tradición europea y, sobre todo, de la antigüedad grecolatina.



Título: DENTRO DEL MONSTRUO

Autor/a: Robert K. Ressler

Editorial: Alba

Año: 2023

Reseña: Robert K. Ressler fue pionero y una autoridad en psicología forense, especialista en homicidio sexual y en asesinos en serie -término que él acuñó- y experto en la elaboración de perfiles de criminales, una técnica que contribuyó a desarrollar y perfeccionar a lo largo de sus dieciséis años en la Unidad de Ciencias de la Conducta del FBI.



Título: SILENCIO ADMINISTRATIVO

Autor/a: Sara Mesa

Editorial: Anagrama

Año: 2019

Reseña: Esta es una historia real. La de una mujer sin hogar, discapacitada y enferma que trata de solicitar la renta mínima a la que tiene derecho según los optimistas mensajes de la administración y los medios. Pero el laberinto burocrático que debe recorrer para ello, los escollos y trabas con que tropieza y la crueldad de un sistema que exige más a quien menos tiene desembocan en la desesperación.



Título: CORAZÓN REVUELTO

Autor/a: Gema Moraleda

Editorial: Bruguera

Año: 2021

Reseña: Decía Carmen Laforet que la vida le interesaba en todos sus momentos, tanto en los malos como en los buenos. Por eso leía, viajaba, escribía y observaba los acontecimientos con el corazón revuelto, lleno de emociones que no dejaban de latir. En el centenario de su nacimiento, esta biografía ilustrada recupera la voz de quien nunca quiso hacer lo que se esperaba de ella.



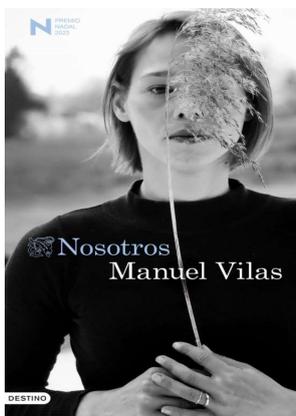
Título: EL LOCO DE LOS PÁJAROS

Autor/a: Care Santos

Editorial: Destino

Año: 2023

Reseña: El Nueva York de la segunda mitad del XIX empieza a ser la ciudad de los prodigios: en ebullición y atenta a todo lo que pasa en el mundo. Eugene Schieffelin, miembro de una familia recién llegada a la ciudad que ha hecho fortuna, se consagra a sus aficiones cultas y estrafalarias; una de las cuales entusiasma a la gente acomodada, la ornitología.



Título: NOSOTROS

Autor/a: Manuel Vila

Editorial: Destino

Año: 2023

Reseña: Irene cree haber vivido el matrimonio más perfecto del mundo. Años de absoluta entrega y pasión entre dos seres humanos, así evoca ella su amor con Marcelo, su difunto marido. Con la pérdida de Marcelo, el mundo de Irene se rompe, pero ella descubre una insólita forma de seguir viviendo junto a él para salir adelante. Esa manera de recordar e invocar a quien fue el amor de su vida construye esta fantasía literaria.



Título: EL METAVERSO. Y CÓMO LO REVOLUCIONARÁ TODO

Autor/a: Matthew Ball

Editorial: Deusto

Año: 2022

Reseña: El término metaverso está en todas partes, desde las portadas de los periódicos hasta los discursos de los directores ejecutivos de las Big Tech, incluidos Satya Nadella y Mark Zuckerberg, quienes revelaron en octubre de 2021 que Facebook estaba cambiando su nombre a Meta.



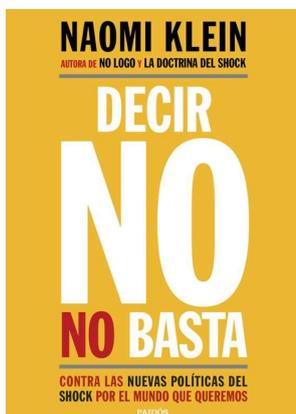
Título: LA SOMBRA DE LA TIERRA

Autor/a: Elvira Mínguez

Editorial: Espasa

Año: 2023

Reseña: *La sombra de la tierra* es la historia de dos mujeres o, mejor dicho, de la escalada al poder de una de ellas y la pérdida del mismo de la otra. Estamos en 1896, en Villaveza del Agua, un pueblo de la provincia de Zamora donde el hambre y la pobreza son las circunstancias vitales de sus habitantes, sometidos a la Garibalda, una mujer viuda y enferma que impone sus propias normas a la comunidad entera.



Título: DECIR NO NO BASTA

Autor/a: Naomi Klein

Editorial: Paidós

Año: 2020

Reseña: *Decir no no basta* revela, entre otras cosas, que la desorientación que sentimos nos la han provocado deliberadamente. Que por todo el mundo, para generar una crisis tras otra, se están utilizando tácticas de shock diseñadas para forzar políticas que van a arruinar a la gente, el medio ambiente, la economía y nuestra seguridad. Que el extremismo no es un hecho aberrante, sino un cóctel tóxico de nuestros tiempos.



Título: EL MENTALISTA

Autor/a: Camilla Läckberg

Editorial: Planeta

Año: 2022

Reseña: En un parque de atracciones a las afueras de Estocolmo aparece el cuerpo de una joven asesinada de forma macabra: atravesada por múltiples espadas dentro de una caja. La agente de policía Mina Dabiri, reservada y metódica, forma parte del equipo especial de investigación que se hace cargo del caso. Cuando Mina agota todas las posibles pistas, recurre al conocido mentalista Vincent Walder para que los ayude a detectar los indicios que podrían conectar el asesinato con el mundo del ilusionismo.



Título: COCINA MADRE

Autor/a: Joan Roca

Editorial: Planeta

Año: 2019

Reseña: Un libro que reúne la cocina de casa de toda la vida con 80 recetas sencillas para que todo el mundo cocine en casa. La cocina de las madres, de la tradición, puesta al día, ligada a un concepto muy emocional, el de la recuperación y la perpetuación de los platos más auténticos, del recetario popular.



Título: ARQUITECTURA DE ANDAR POR CASA

Autor/a: Luis Lope de Toledo

Editorial: Temas de Hoy

Año: 2022

Reseña: Vivimos rodeados por ella, pero apenas la notamos. De todas las artes, la arquitectura es quizá aquella de la que nos sentimos más alejados: la vemos en mansiones y monumentos y nos olvidamos de que nuestra vida ocurre literalmente dentro de ella.



Título: LECHE CONDENSADA

Autor/a: Aída González Rossi

Editorial: Caballo de Troya

Año: 2022

Reseña: *Leche condensada* trata sobre el fin de la infancia, sobre relaciones simbióticas y sobre querer ser expansiva y encontrarse con la contención del abuso. También sobre internet como refugio, sobre todo cuando vives en un pueblo y eres queer. Aida González Rossi nos arrastra por su primera novela con una prosa poética salvaje, sucia, rebozada en la oralidad y en la narrativa del videojuego, absolutamente única.



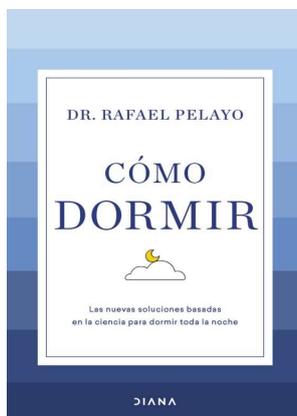
Título: QUERIDA YO: TENEMOS QUE HABLAR

Autor/a: Elizabeth Clapés

Editorial: Montena

Año: 2022

Reseña: Vamos a parar un momento para conocernos, corregirnos, aceptarnos, perdonarnos. Y una parte muy importante: para mandar a la mierda lo que sea necesario. A ver si así podemos empezar a querernos tanto como nos merecemos, que ya toca.



Título: CÓMO DORMIR: LAS NUEVAS SOLUCIONES BASADAS EN LA CIENCIA PARA DORMIR TODA LA NOCHE

Autor/a: Rafael Pelayo

Editorial: Diana

Año: 2023

Reseña: El doctor Rafael Pelayo, experto clínico del sueño y profesor de la mundialmente conocida Clínica de Medicina del Sueño de la Universidad de Stanford, ofrece un enfoque médico integral y holístico de los innumerables problemas que pueden estar afectando a su sueño.



Título: UN TRABAJO PARA TODA LA VIDA

Autor/a: Rachel Cusk

Editorial: Libros del Asteroide

Año: 2023

Reseña: Rachel Cusk relata sus primeras experiencias como madre y reflexiona con desacostumbrada franqueza sobre lo que supone esta etapa: un adiós a la libertad, al sueño y al tiempo, un viaje a las raíces del amor y una esforzada lección de humildad.



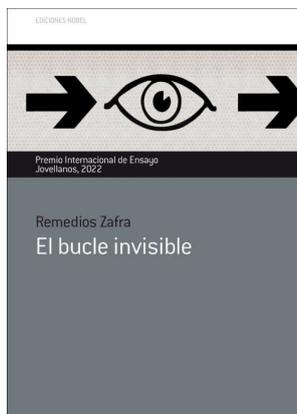
Título: EL FIN DEL AMOR: UNA SOCIOLOGÍA DE LAS RELACIONES NEGATIVAS

Autor/a: Eva Illouz

Editorial: Katz

Año: 2021

Reseña: ¿Cómo es posible que una cultura que tiene tanto para decir sobre el amor se quede prácticamente muda respecto del fenómeno, no menos misterioso, del desamor? En El fin del amor, Eva Illouz indaga las condiciones sociales y culturales detrás de lo que ha llegado a ser una característica común de las relaciones sexuales y románticas contemporáneas: el acto de abandonarlas.



Título: EL BUCLE INVISIBLE

Autor/a: Remedios Zafra

Editorial: Nobel

Año: 2022

Reseña: ¿Hasta que punto el agotamiento que muchos trabajadores dicen sentir hoy es efecto de una estructura social y laboral cosida por economía, máquinas y datos? El bucle invisible aborda la transformación de las actuales formas de vida mediadas por la cultura algorítmica, buscando hacer reflexiva la programación tecnológica que hoy nos permite ver mundo, mientras se nos invisibiliza como lente.



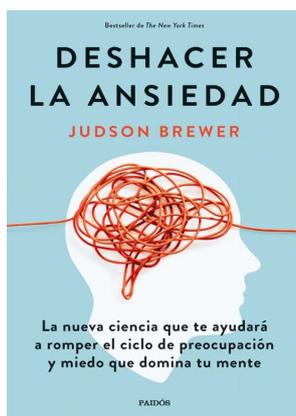
Título: ¿QUE PASA CON LA NUTRICIÓN?

Autor/a: Aitor Sánchez García

Editorial: Paidós

Año: 2023

Reseña: Aitor Sánchez, con su capacidad para aclarar términos, establecer límites y dirimir con sensatez, aborda en este nuevo libro los diez temas más controvertidos sobre nutrición —el ayuno intermitente, la dieta keto y low-carb, la dieta paleo, los ultraprocesados, la comida real y el marketing, la dieta vegana, la microbiota, el gluten, los lácteos y los suplementos— y nos presenta los estudios científicos más recientes para zanjar el debate y aclarar todas las dudas surgidas de tanta información contradictoria.



Título: DESHACER LA ANSIEDAD

Autor/a: Judson Brewer

Editorial: Paidós

Año: 2022

Reseña: El Dr. Brewer nos enseña a conocer nuestro cerebro para descubrir los factores desencadenantes de nuestra ansiedad, a desactivarlos con la práctica simple pero poderosa de la curiosidad y a entrenar nuestros cerebros utilizando la atención plena y otras técnicas que su laboratorio ha demostrado que funcionan.



Título: EL GRAN EXPERIMENTO: POR QUÉ PUEDE FRACASAR LA DEMOCRACIA DIVERSA Y CÓMO CONSEGUIR QUE PERDURE

Autor/a: Yascha Mounk

Editorial: Paidós

Año: 2022

Reseña: Algunas democracias son muy homogéneas; otras han mantenido durante mucho tiempo una jerarquía racial o religiosa muy marcada, en la que algunos grupos dominan y explotan a los otros. A lo largo de la historia ninguna democracia ha conseguido jamás ser a la vez diversa e igualitaria. Y, sin embargo, lograr ese objetivo es ahora el foco del proyecto democrático en países de todo el mundo.



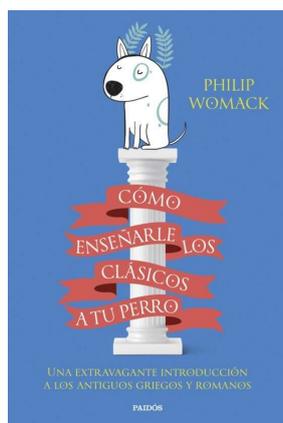
Título: LA ESCUELA EN LA NUBE: EL FUTURO DEL APRENDIZAJE

Autor/a: Sugata Mitra

Editorial: Paidós

Año: 2021

Reseña: En este innovador libro, el profesor Sugata Mitra nos presenta el futuro emergente del aprendizaje y su relación con la tecnología para descubrirnos que la promesa no está en la tecnología en sí, sino en el aprendizaje autorregulado de los niños que la utilizan.



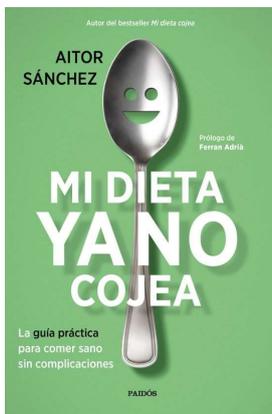
Título: CÓMO ENSEÑARLE LOS CLÁSICOS A TU PERRO: UNA EXTRAVAGANTE INTRODUCCIÓN A LOS ANTIGUOS GRIEGOS Y ROMANOS

Autor/a: Philip Womack

Editorial: Paidós

Año: 2022

Reseña: Debió de haber sido un hermoso momento entre un hombre y su perra, pero Philip Womack hizo una broma acerca de Cerbero, el sabueso tricéfalo del infierno, y a Una, su querida lurcher, todo eso le sonó a chino? o a griego. Acto seguido se lanzó a perseguir una ardilla y y Womack se quedó preguntándose qué más desconocía Una sobre las grandes civilizaciones del pasado.



Título: MI DIETA YA NO COJEA

Autor/a: Aitor Sánchez García

Editorial: Paidós

Año: 2018

Reseña: En este nuevo libro, el nutricionista de referencia nos propone diez sencillos pasos para recuperar el control y conseguir que nuestra dieta deje por fin de cojear. Dividido en tres niveles y un bonus track especial para nutrifrikis, aprenderemos no solo a reorganizar nuestra despensa o a leer etiquetas, sino que además descubriremos recetas muy útiles y consejos prácticos para ordenar el caos nutricional en el que nos ha sumido la industria.



Título: TU DIETA PUEDE SALVAR EL PLANETA

Autor/a: Aitor Sánchez García

Editorial: Paidós

Año: 2021

Reseña: En este libro, Aitor Sánchez reflexiona sobre cómo hemos llegado a esta situación de alto impacto medioambiental y analiza cada uno de los factores que nos han conducido hasta ello. La huella de carbono generada por los kilómetros que recorren nuestros alimentos, el coste de la producción alimentaria, los modelos de explotación animal, el coste social de los alimentos malsanos o la repercusión de los envases de plásticos on algunos de los temas que aborda el autor en este libro donde ofrece, además, alternativas específicas para promover el cambio hacia un consumo responsable.



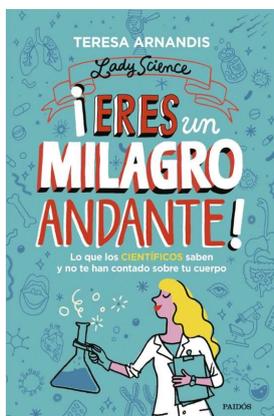
Título: EN LLAMAS: UN (ENARDECIDO) ARGUMENTO A FAVOR DEL GREEN NEW DEAL

Autor/a: Naomo Klein

Editorial: Paidós

Año: 2021

Reseña: Durante más de veinte años, Naomi Klein ha sido la cronista más importante de la guerra económica que se ha librado contra las personas y el planeta, y ha defendido incansablemente un plan ecológico de gran alcance cuyo eje principal es la justicia. En llamas reúne, por primera vez, más de una década de sus apasionados artículos y material inédito sobre las abrumadoras consecuencias de nuestras elecciones políticas y económicas inmediatas.



Título: ¡ERES UN MILAGRO ANDANTE! LO QUE LOS CIENTÍFICOS SABEN Y NO TE CUENTAN SOBRE TU CUERPO

Autor/a: Teresa Arnandis

Editorial: Paidós

Año: 2022

Reseña: *¡Eres un milagro andante!* es un libro práctico y dinámico, una auténtica aventura en la que descubrirás cómo eres y cómo interactúas con la comida o con los medicamentos. Además, encontrarás trucos y claves para cuidarte y quererte, siempre desde la evidencia científica.



Título: GUÍA PARA SOBREVIVIR EN EL ESPACIO

Autor/a: Jordi Pereyra

Editorial: Paidós

Año: 2022

Reseña: En *Guía para sobrevivir en el espacio* no solo descubriremos cómo utilizar la química y la geología para aprovechar las sustancias que nos brinda ese caótico laboratorio llamado naturaleza, sino que, además, visitaremos un amplio surtido de planetas y cuerpos celestes con el fin de averiguar su origen y explorar las opciones que tendríamos si, en un futuro, llegamos a enviar misiones interestelares y establecer en ellos colonias humanas.



Título: SUPERAR LA DISLEXIA: UNA EXPERIENCIA PERSONAL A TRAVÉS DE LA INVESTIGACIÓN

Autor/a: Luz Rello

Editorial: Paidós

Año: 2018

Reseña: Luz Rello, una de las jóvenes científicas más reconocidas de nuestro país, nos presenta una guía para padres y educadores para combatir y superar la dislexia. Luz Rello también fue una niña con dislexia y, tras años de estudio e investigación, nos presenta una obra con todas las herramientas que tenemos actualmente a nuestro alcance para combatir la dislexia y ayudar a los niños y niñas a cumplir sus sueños.



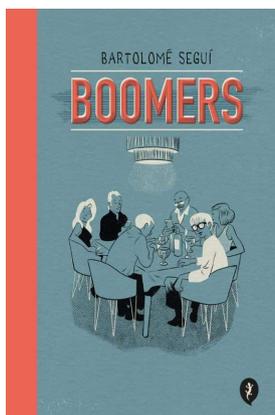
Título: UN MUNDO INMENSO: EXPLICACIONES DE LUGARES INEXPLICABLES

Autor/a: Diego Briano

Editorial: Península

Año: 2022

Reseña: ¿Sabías que Oimiakón es el pueblo más frío del mundo, donde los teléfonos móviles se congelan y las neveras calientan? ¿Y que en Svalbard está prohibido, por ley, morir? ¿Habías oído hablar de Centralia, un pequeño pueblo de Pensilvania que lleva medio siglo ardiendo y que inspiró una conocida saga de videojuegos? Entornos extremos, lugares inhóspitos, comunidades aisladas... Las personas curiosas y con interés en los rincones más lejanos del planeta se preguntarán a cada paso: ¿qué hace esa gente viviendo allí? Una guía de viajes imposibles y destinos que más vale eludir.



Título: BOOMERS

Autor/a: Bartolomé Seguí

Editorial: Salamandra

Año: 2023

Reseña: Ernesto va a cumplir sesenta años y para los telediarios ya es considerado un anciano. Reacio a dejarse aplacar por el desánimo, emprende un viaje al pasado en busca de las claves para el futuro. Entre Mallorca y Barcelona, y entre pensamientos y recuerdos, el protagonista reflexiona sobre el paso de los años y sus consecuencias.



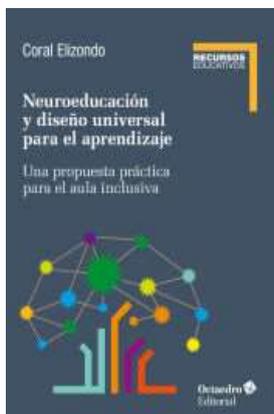
Título: PEDRO Y EL RETO DEL MAPA: UN LIBRO SOBRE LA DISLEXIA

Autor/a: Tracy Packiam Alloway

Editorial: SM

Año: 2020

Reseña: A Pedro le cuesta entender los mapas, pero cuando en un campamento su equipo pierde el mapa durante una misión, Pedro descubrirá que es capaz de encontrar el camino de regreso por sí solo. Este libro incluye un cuento y explicaciones sobre los retos a los que se enfrentan los niños disléxicos y también algunas de sus cualidades especiales para que los comprendamos mejor.



Título: NEUROEDUCACION Y DISEÑO UNIVERSAL DE APRENDIZAJE. UNA PROPUESTA PRACTICA PARA EL AULA INCLUSIVA

Autor/a: Coral Elizondo Carmona

Editorial: Octaedro

Año: 2022

Reseña: El diseño universal para el aprendizaje (DUA) representa un modelo organizado y sistematizado en principios, pautas y puntos de verificación que ayuda al docente de cualquier etapa a planificar desde el inicio oportunidades de enseñanza y aprendizaje ricas y variadas para todo el alumnado.



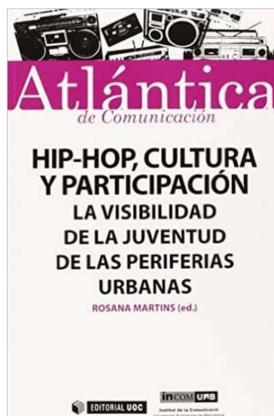
Título: MANIFIESTO POR LA LECTURA

Autor/a: Irene Vallejo

Editorial: Siruela

Año: 2021

Reseña: Somos seres entretreídos de relatos, bordados con hilos de voces, de historia, de filosofía y de ciencia, de leyes y leyendas. Por eso, la lectura seguirá cuidándonos si cuidamos de ella. No puede desaparecer lo que nos salva. Los libros nos recuerdan, serenos y siempre dispuestos a desplegarse ante nuestros ojos, que la salud de las palabras enraíza en las editoriales, en las librerías, en los círculos de lecturas compartidas, en las bibliotecas, en las escuelas.



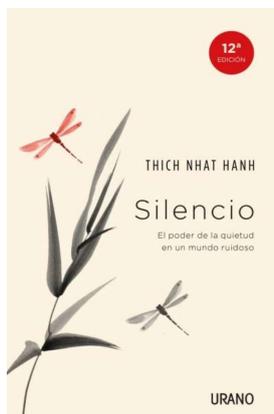
Título: HIP-HOP, CULTURA Y PARTICIPACION: LA VISIBILIDAD DE LA JUVENTUD DE LAS PERIFERIAS URBANAS

Autor/a:

Editorial: UOC

Año: 2015

Reseña: La cultura hip-hop surgió en los guetos de Nueva York (Estados Unidos) en la década de 1970. Se trata de un producto colectivo, que abarca diferentes manifestaciones artísticas, música (rap y DJs), artes visuales (grafiti) y baile (break). Pero hay otro elemento más en juego, el compromiso político.



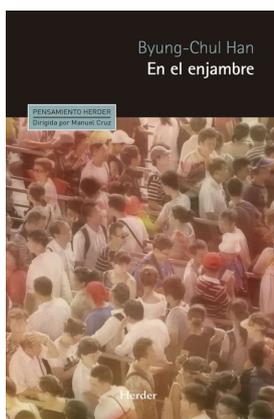
Título: SILENCIO: EL PODER DE LA QUIETUD EN UN MUNDO RUIDOSO

Autor/a: Thich Nhat Hanh

Editorial: Urano

Año: 2016

Reseña: Nominado al Premio Nobel de la Paz, el maestro budista Thich Nhat Hanh es uno de los líderes espirituales más reconocidos del mundo. . El autor explora el poder del silencio y ofrece consejos prácticos para ayudarnos a encontrar, a través de él, la felicidad, la paz y nuestro propósito vital.. Una obra que conjuga profundas reflexiones con ejercicios sencillos, útiles y concisos.



Título: EN EL ENJAMBRE

Autor/a: Byung-Chul Han

Editorial: Herder

Año: 2014

Reseña: ¿De qué modo la revolución digital, internet y las redes sociales han transformado la sociedad y las relaciones? Han analiza las diferencias entre la «masa clásica» y la nueva masa, a la que llama el «enjambre digital». El «enjambre digital», a diferencia de la masa clásica, consta de individuos aislados, y carece de alma, de un nosotros capaz de andar en una dirección o emprender una acción política común.



Título: LA AGONIA DEL EROS

Autor/a: Byung-Chul Han

Editorial: Herder

Año: 2018

Reseña: La proclamación neoliberal de la libertad se manifiesta en realidad como un imperativo paradójico: sé libre. Domina una economía de la supervivencia en la que cada uno es su propio empresario. El neoliberalismo, con sus desinhibidos impulsos narcisistas del yo y del rendimiento, es el infierno de lo igual, una sociedad de la depresión y el cansancio compuesta por sujetos aislados.



Título: SOBRE EL PODER
Autor/a: Byung-Chul Han
Editorial: Herder
Año: 2016

Reseña: El poder se asocia tanto con la libertad como con la coerción. También se asocia con el derecho y con la arbitrariedad. En vista de esta confusión teórica, según Han es necesario hallar un concepto dinámico de poder capaz de unificar en sí mismo las nociones divergentes respecto a él; una forma fundamental de poder que, mediante la reubicación de elementos estructurales internos, genere diversas formas de manifestarse.



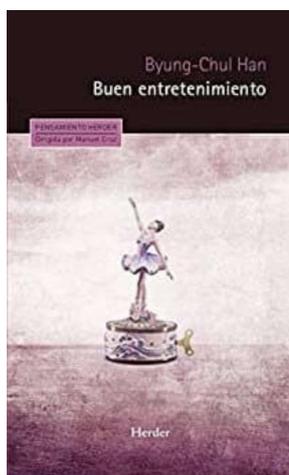
Título: LA SOCIEDAD PALIATIVA: EL DOLOR HOY
Autor/a: Byung-Chul Han
Editorial: Herder
Año: 2021

Reseña: En la actualidad vivimos en una sociedad que ha desarrollado una fobia al dolor, en la que ya no hay lugar para el sufrimiento. Este miedo generalizado se refleja tanto en lo personal como lo social, e incluso en la política. El imperativo neoliberal «sé feliz», que esconde una exigencia de rendimiento, intenta evitar cualquier estado doloroso y nos empuja a un estado de anestesia permanente.



Título: EL AROMA DEL TIEMPO: UN ENSAYO FILOSÓFICO SOBRE EL ARTE DE DEMORARSE
Autor/a: Byung-Chul Han
Editorial: Herder
Año: 2020

Reseña: Es un ensayo del año 2009 en el que reflexiona sobre la crisis temporal contemporánea, en diálogo con Nietzsche y Heidegger. La fugacidad de cada instante y la ausencia de un ritmo que dé un sentido a la vida y a la muerte, nos sitúa ante un nuevo escenario temporal, que ya ha dejado atrás la noción del tiempo como narración.



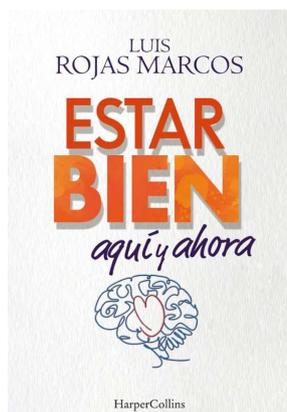
Título: BUEN ENTRETENIMIENTO: UNA DECONSTRUCCION DE LA HISTORIA OCCIDENTAL DE LA PASION

Autor/a: Byung-Chul Han

Editorial: Herder

Año: 2018

Reseña: En este perspicaz ensayo, Byung-Chul Han analiza y relata, tomando como referencia a Kant, Hegel, Nietzsche, Heidegger, Luhmann o Rauschenberg, las numerosas formas de entretenimiento surgidas a lo largo de la historia y muestra el arraigamiento del ocio en nuestro sistema social. Tan amena como productiva, esta obra nos plantea una original reflexión sobre si todavía se puede mantener la dicotomía entre pasión y entretenimiento.



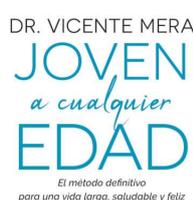
Título: ESTAR BIEN AQUÍ Y AHORA

Autor/a: Luis Rojas Marcos

Editorial: HarperCollins

Año: 2022

Reseña: Luis Rojas Marcos, uno de los psiquiatras más prestigiosos y reconocidos a nivel mundial, nos da las claves para mejorar nuestra salud mental en una de las etapas de mayor incertidumbre y miedo que está viviendo la humanidad. Se entenderá la importancia que tiene adoptar un estilo optimista, cómo proteger la autoestima, el poder de la resiliencia, el valor de las relaciones afectivas o por que la gratitud y la solidaridad son claves para lograr una existencia más sana y feliz.



Título: JOVEN A CUALQUIER EDAD: EL MÉTODO DEFINITIVO PARA UNA VIDA LARGA, SALUDABLE Y FELIZ

Autor/a: Vicente Mera

Editorial: HarperCollins Ibérica

Año: 2023

Reseña: Disfrutar de una vida larga y lo más saludable posible es una de las máximas que toda persona quiere llegar a alcanzar, y, aunque son muchos los factores que intervienen en el proceso del envejecimiento, existen una serie de circunstancias que demuestran que se puede disfrutar de una vida larga y disminuir las limitaciones tanto físicas como mentales propias de la edad.

Título: EL LIBRO DE LA ESPERANZA

Autor/a: Matt Haig

Editorial: Contraluz

Año: 2022

Reseña: El libro de la esperanza es una recopilación de pequeñas islas de ilusión. Reúne formas de consuelo e historias que nos proporcionan nuevas maneras de vernos a nosotros y al mundo. Reflexiones sobre la ilusión, la supervivencia y el milagro de estar vivos.