



Fecha de publicació:
28/10/2010

Sello Editorial:
Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Xavier Gafarot

Teléfono: 93 492 8654

Email: xgafarot@grup62.com

Nombre: Andrea Cuéllar

Teléfono: 93 492 8211

Email:
andrea.cuellar@grup62.com

Nombre: Núria Rosell

Teléfono: 93 492 8671

Email:
nuria.rosell@grup62.com

Nombre: Directora de
marketing i comunicació AIG:
Marta Oliva i Domènech

Teléfono: 93 492 8155

Email: moliva@grup62.com



La cuina de la salut

Valentí Fuster Cardiovasc. Inst., Josep Corbella Domènech, Alícia y elBullitaller

La cuina de la salut mostra com es pot tenir una alimentació sana i al mateix temps passar-s'ho bé menjant. El llibre reconstrueix la vida d'una família al llarg d'un dia qualsevol per il·lustrar com millorar l'esmorzar, la compra, la conservació dels aliments a casa o la manera de cuinar-los, entre altres aspectes relacionats amb la nostra alimentació. Però l'obra no es limita a parlar de nutrició, sinó que s'emmarca en el context més ampli de la salut, de manera que aborda també qüestions com l'activitat física, el control del pes, de la pressió arterial o del colesterol o com ensenyar als nens a cuidar el seu cos i evitar addiccions. El lector de La cuina de la salut -que inclou abundants taules il·lustrades amb consells pràctics- descobrirà com persones de totes les edats, amb gustos i necessitats diferents, poden compartir taula, menjar de manera equilibrada i agradable i portar una vida sana.

Valentí Fuster Cardiovasc. Inst.

Valentí Fuster és director general de l'Institut Cardiovascular de l'hospital Mount Sinai de Nova York i del Centre Nacional d'Investigacions Cardiovasculars (CNIC) a Espanya. Llicenciat i doctorat en Medicina i Cirurgia, ha estat nomenat doctor Honoris causa de vint-i-set universitats i és l'únic cardiòleg que ha rebut els màxims guardons d'investigació de les quatre principals organitzacions internacionals de cardiologia. Les seves investigacions sobre l'origen de l'infart de miocardi li van valer el 1996 el premi Príncep d'Astúries d'Investigació. Un dels objectius del doctor Fuster és integrar la investigació amb la promoció de la salut a través de l'educació de la població. Per això ha assumit la presidència de la nova Fundació Internacional SHE (Science, Health and Education), un projecte que té com a objectiu la divulgació de la salut entre els adults i els nens, fet pel qual és també assessor científic de Barri Sèsam. És autor també de La ciència de la salut, Cor i ment i Monstres supersans, tots ells publicats a Planeta.

image not found or type unknown



Josep Corbella Domènech

El periodista Josep Corbella és responsable de l'àrea de ciència del diari *La Vanguardia* des de 1993. Des de l'any 2000 ha estat assessor de ciència i salut de diversos programes de ràdio a les emissores RAC1 i Punto Radio. Dins l'àmbit de la informació científica, les seves principals àrees d'especialització són la biomedicina i l'evolució humana. Amb Valentí Fuster ha escrit la trilogia *La ciència de la salut* (2006), *La cuina de la salut* (2010, escrit també amb Ferran Adrià) i *La ciència de la llarga vida* (2016). Anteriorment va escriure *Sapiens. El llarg camí dels homínids cap a la intel·ligència*, en col·laboració amb els arqueòlegs Eudald Carbonell i Robert Sala i amb el paleontòleg Salvador Moyà.

Alícia y elBullitaller