



Selección de Lecturas NAVIDAD 2019



A partir del 9 de diciembre con motivo de las vacaciones podrás hacer uso del préstamo extraordinario, durante el cual y hasta la segunda semana de enero se podrá llevar en préstamo hasta 8 monografías y 4 documentos audiovisuales. Además de los recomendados, también podéis acompañarlas de una guía de viajes si tenéis uno previsto, de un libro de recetas para sorprender a vuestros invitados, o un audiolibro para practicar inglés, puedes elegir cualquiera de ellos en el [catálogo](#) de la biblioteca.



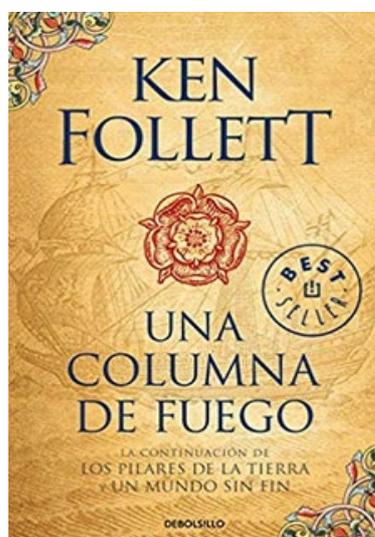
EN LA ORILLA

Autor: Rafael Chirbes

La noche del 30 de julio de 1994 la apacible población de Orphea, en los Hamptons, asiste a la gran apertura del festival de teatro. Pero el alcalde se retrasa... Mientras tanto, Samuel Paladin recorre las calles vacías buscando a su mujer, hasta hallar su cadáver ante la casa del alcalde. Dentro, toda la familia ha sido asesinada. Jesse Rosenberg y Derek Scott son los dos jóvenes policías de Nueva York que resuelven con éxito el caso, pero veinte años más tarde, en la ceremonia de despedida de la policía a Rosenberg, la periodista Stephanie Mailer lo afronta: pretende que Derek y Jesse se equivocaron de asesino a pesar de que la prueba se hallara delante de sus ojos, y que ella posee información clave. Pero días después, desaparece.

Si te gusta esta novela, puedes llevarte en préstamo además, cualquiera de las siguientes:

- **La vida antes de marzo / Manuel Gutiérrez Aragón**
- **Ojos que no ven / José Ángel González Sáinz**



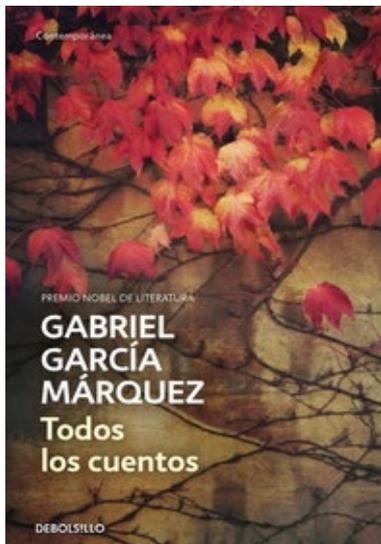
KEN FOLLETT

Autor: Una columna de fuego

La saga de *Los pilares de la Tierra* y *Un mundo sin fin*, que ha cautivado a millones de lectores, prosigue ahora con la magnífica y apasionante nueva novela de Follett. El joven Ned Willard regresa a su hogar en Kingsbridge por Navidad. Corre el año 1558, un año que trastocará la vida de Ned y que cambiará Europa para siempre. Las antiguas piedras de la catedral de Kingsbridge contemplan una ciudad dividida por el odio religioso. Los principios elevados chocan con la amistad, la lealtad y el amor, y provocan derramamientos de sangre. Ned se encuentra de pronto en el bando contrario al de la muchacha con quien anhela casarse, Margery Fitzgerald. Cuando Isabel I llega al trono, toda Europa se vuelve en contra de Inglaterra.

Si te gusta esta novela, puedes llevarte en préstamo además, cualquiera de las siguientes:

- **El Umbral de la tierra / Ken Follett**
- **EL invierno del mundo / Ken Follett**
- **La caída de los gigantes / Ken Follett**



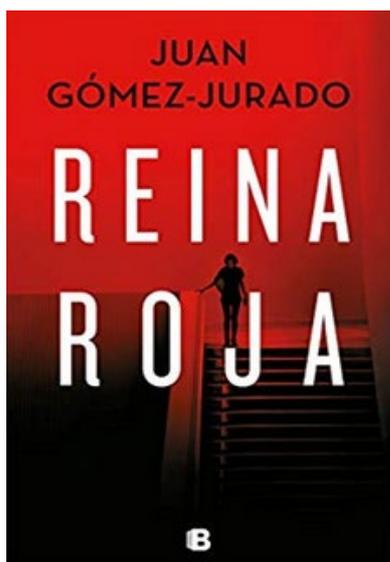
TODOS LOS CUENTOS

Autor: Gabriel García Márquez

Reúne por primera vez todos los cuentos del Premio Nobel de Literatura. El lector encontrará sus relatos tempranos recogidos bajo el título Ojos de perro azul, donde se incluye "Monólogo de Isabel viendo llover en Macondo", texto que puso los cimientos del gigantesco edificio, tan imaginario como real, de lo que acabaría siendo el espacio literario más poderoso de las letras universales de nuestro tiempo: Macondo. Con Macondo se inauguraron los años del realismo mágico y de los personajes inmersos en el mundo denso y frutal del Caribe americano.

Si te gusta esta novela, puedes llevarte en préstamo además, cualquiera de las siguientes:

- **Crónica de una muerte anunciada / Gabriel García Márquez**
- **El otoño de la vida / Gabriel García Márquez**



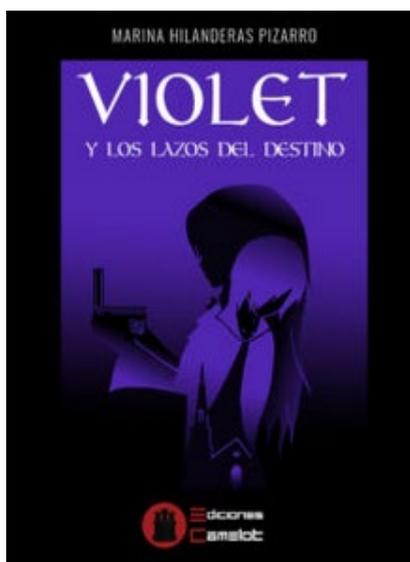
REINA ROJA

Autor: Juan Gómez-Jurado

Antonia Scott es una mujer muy especial. Tiene un don que es al mismo tiempo una maldición: una extraordinaria inteligencia. Gracias a ella ha salvado decenas de vidas, pero también lo ha perdido todo. Hoy se parapeta contra el mundo en su piso casi vacío de Lavapiés, del que no piensa volver a salir. Ya no queda nada ahí fuera que le interese lo más mínimo. El inspector Jon Gutiérrez está acusado de corrupción, suspendido de empleo y sueldo. Es un buen policía metido en un asunto muy feo, y ya no tiene mucho que perder. Por eso acepta la propuesta de un misterioso desconocido: ir a buscar a Antonia y sacarla de su encierro, conseguir que vuelva a hacer lo que fuera que hiciera antes, y el desconocido le ayudará a limpiar su nombre. Un encargo extraño aunque aparentemente fácil. Pero Jon se dará cuenta en seguida de que con Antonia nada es fácil.

Si te gusta esta novela, puedes llevarte en préstamo además, la siguiente:

- **Toda la verdad / Karen Cleveland**
- **Rey de picas: una novela de suspense / Joyce Carol Oates**



VIOLET Y LOS LAZOS DEL DESTINO **Autora: Marina Hilanderas Pizarro**

Violet Bailey es una exorcista londinense, aliada de la Inquisición, con muchos secretos, pero hay uno que la acompañará hasta el día de su muerte: es la poseedora de una caja musical maldita. Un portal que une nuestro mundo con el de los muertos y por el que puede ver a un espíritu llamado Raito, quién será su mentor sobre el más allá, su amante y... el asesino de su familia. Violet andará por un camino de espinas en el que tendrá descubrir si la Iglesia la utilizará en su beneficio, o si la traicionará; aprenderá a utilizar su don de percibir a los muertos y tendrá que decidir si seguir el camino de la luz o si la tentación de los demonios no es tan mala como parece.

Si te gusta esta novela, puedes llevarte en préstamo además, cualquiera de las siguientes:

- **El sillón del diablo / Víctor M. del Pozo**
- **Sonambulia / Julio Ángel Olivares**

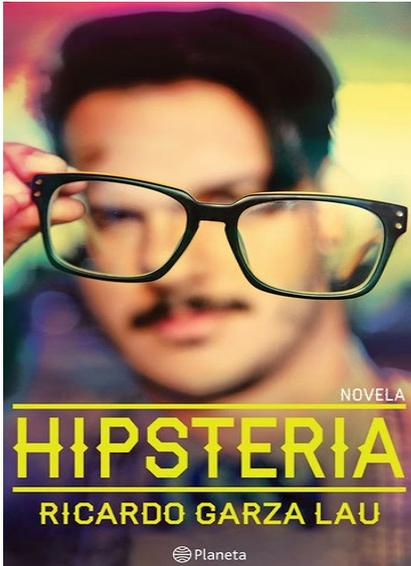


LA FÓRMULA DEL BESTSELLER **Autor: Santiago Alonso Buers**

El afamado editor George Herald quiere hacer su última apuesta fuerte antes de jubilarse y vender su empresa y arriesga una fortuna encargando una novela a un joven y desconocido escritor que asegura tener la fórmula del bestseller. Cuando este revela a su editor la sinopsis del libro - una trama que destapa la corrupción de la Industria Cultural española que implica a gente de la Real Academia y dirigentes políticos, miembros de una extraña organización creada para enriquecerse ilícitamente silenciando diferentes movimientos artísticos - ambos empiezan a recibir chantajes y amenazas de muerte y dudan si publicar o no el manuscrito. Una novela sobre la muerte de la cultura y una reflexión sobre la importancia del arte en un thriller de investigación periodística subyugante y sutil, impregnada del estilo las novelas de John Grisham, Umberto Eco y Roberto Saviano.

Si te gusta esta novela, puedes llevarte en préstamo además, cualquiera de las siguientes:

- **La buena novela / Laurence Cossé**
- **La casa de los veinte mil libros / Sasha Abramsky**
- **Hombres buenos / Arturo Pérez-Reverte**



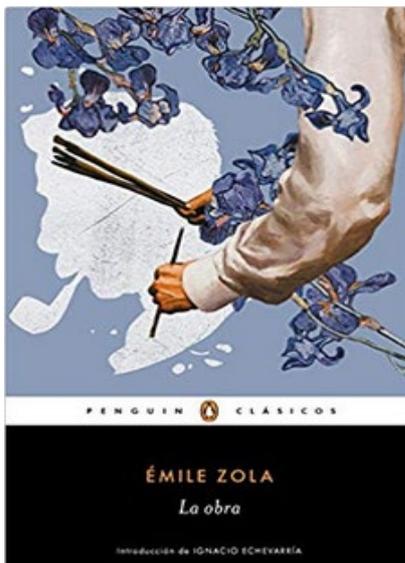
HIPSTERIA

Autor: Ricardo Garza Lau

Sal Thomson, un joven publicista, gusta de la comida vegetariana, del mezcal y la cerveza artesanal, de caminar por las calles con su cámara Leica, de coleccionar objetos *vintage*, de realizar yoga y promover la bicicleta como transporte urbano en sustitución del auto. Es, como ahora se define, un *hipster*. Pero, a diferencia de lo que aparenta, su origen es tan común como el de cualquier otro joven que no viste pantalones de colores ni lentes cuadrículados: “Tuvo una infancia muy común para una generación nacida en los 80, pero él se avergüenza de ella porque el *hipster* busca el reconocimiento social a partir de ser diferente”, explica Ricardo Garza Lau, editor y periodista.

Si te gusta esta novela, puedes llevarte en préstamo además, cualquiera de las siguientes:

- **Chac Mool y otros cuentos / Carlos Fuentes**
- **Indies, hípsters y gafapastas: crónica de una dominación cultural / Víctor Lenore**



LA OBRA

Autor: Émile Zola

La gran novela de Émile Zola sobre los inicios del impresionismo. Sin duda, La obra es la novela más autobiográfica de Zola, el fundador del naturalismo francés y uno de los novelistas más leídos del siglo XIX. Inspirándose en su propia relación con Paul Cézanne, a quien conoció cuando eran niños, **Zola** cuenta la historia de un pintor que lucha por ser reconocido en los círculos artísticos parisienses. La obra capta, con gran viveza, la vorágine creativa de París, el núcleo de la bohemia intelectual y artística que alumbraría el impresionismo.

Si te gusta esta novela, puedes llevarte en préstamo además, cualquiera de las siguientes:

- **Tormento / Benito Pérez Galdós**
- **Walden / Henry David Thoreau**
- **Peñas arriba / José María de Pereda**

Victoria Camps
La búsqueda de la felicidad

«La mayor fortuna es la personalidad».
SCHOPENHAUER



arpa

LA BÚSQUEDA DE LA FELICIDAD

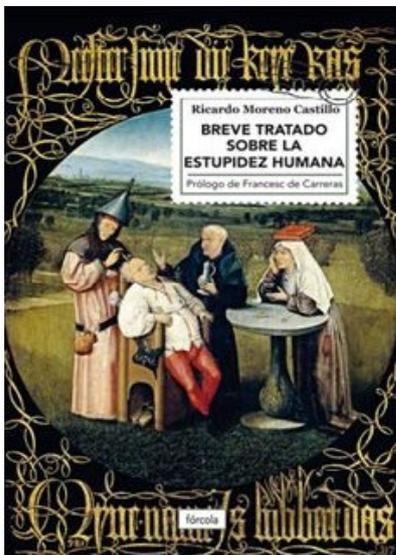
Autora: Victoria Camps

¿Qué es la felicidad? ¿Cómo se logra? ¿Qué la hace duradera? ¿Debemos reducirla a la vivencia de algunos momentos de satisfacción? Preguntarse por la naturaleza de la felicidad equivale a cuestionar el sentido y el fin de la existencia. La felicidad es una búsqueda a lo largo de la vida de cada persona; la infelicidad, en cambio, es el abandono del deseo de seguir viviendo. Más que una meta, la felicidad es un estado de ánimo, el anhelo de una vida plena.

La *búsqueda de la felicidad* no contiene recetas para lograr la plenitud, pero sí abundantes razones para no sucumbir al desánimo de una existencia que es paradójica, contingente y limitada, pero también rica y esperanzada.

Si te gusta esta novela, puedes llevarte en préstamo además, cualquiera de las siguientes:

- **La hipótesis de la felicidad / Jonathan Haidt**
- **El viaje a la felicidad: las nuevas claves científicas / Eduardo Punset**
- **Fluir= (Flow): una psicología de la felicidad / Mihaly Csikszentmihalyi**



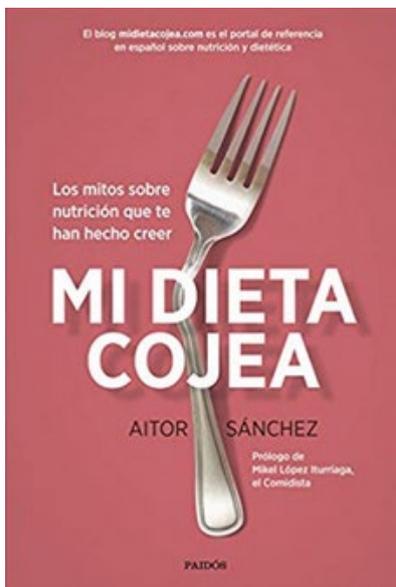
BREVE TRATADO SOBRE LA ESTUPIDEZ HUMANA

Autor: Ricardo Moreno Castillo

A la estupidez, que no conoce límites, solo cabe combatirla, por muy desigual que resulte la lucha y mucha sea la pereza que nos venza. Es preciso sacudírsela permanentemente para no tener que deplorar males mayores, porque es más dañina que la maldad. Este breve tratado va dirigido contra los idiotas, tontos y necios que nos rodean, y contra las ideologías que contribuyen poderosamente cada día a incrementar sus filas y fomentar la estupidez: son jaulas de las que no se puede salir, que impiden pensar, discurrir, dudar y razonar.

Si te gusta esta novela, puedes llevarte en préstamo además, cualquiera de las siguientes:

- **Técnicas de modificación de la conducta / Jorge Barraca Mairal**
- **El arte de amargarse la vida / Paul Watzlawick**
- **Lo malo de lo bueno, o las soluciones de Hécate / Paul Watzlawick**



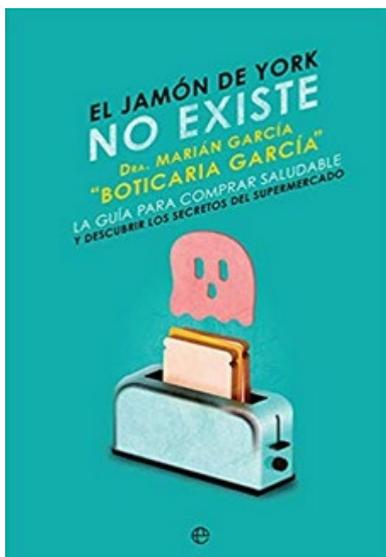
MI DIETA COJEA: los mitos sobre nutrición que te han hecho creer

Autor: Aitor Sánchez García

Quién no ha oído, y repetido, muchas veces frases como «La grasa engorda», «Para adelgazar debemos tomar menos calorías», «Desayunar es obligatorio para llevar una dieta saludable» o «Los huevos suben el colesterol». En *Mi dieta cojea*, Aitor Sánchez desmonta muchos de los mitos relacionados con la alimentación y nos explica qué verdades y mentiras se esconden detrás de muchas creencias que suelen provenir de la falta de información rigurosa, la manipulación de los mensajes publicitarios por parte de la industria alimentaria e incluso de los dogmas sociales. El principal objetivo es que el lector pueda desarrollar una conciencia crítica y profundizar en el aprendizaje de los principales conceptos de lo que debe ser una alimentación saludable.

Si te gusta, puedes llevarte préstamo además, cualquiera de los siguientes:

- **La nutrición es conciencia / José Antonio Lozano Teruel**
- **Come comida real: una guía para transformar tu alimentación y tu salud / Carlos Ríos**
- **No más dieta: por qué las dietas “milagrosas” no funcionan o cómo aprender a comer saludablemente / Julio Basulto, María José Mateo**



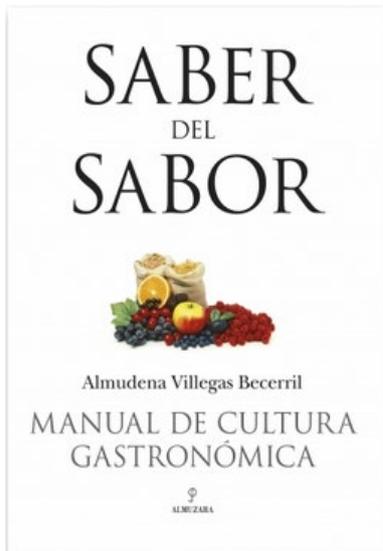
EL JAMÓN DE YORK NO EXISTE: guía para comprar saludable y descubrir los secretos del supermercado

Autora: Marián García

«Esto es algo que me he grabado a fuego desde la primera vez que la Boticaria García me lo dijo. Luego vinieron otras enseñanzas, como que “el jamón de york NO existe” o que “los palitos de cangrejo son el mal”. Si en el supermercado sienten remordimientos cuando están a punto de echar mano a ese paquete de galletas que les llama sin piedad, si no saben qué demonios es el glutamato o hiperventilan cuando se ponen delante del lineal de los yogures, este es su libro. Porque uno de los mayores valores de su autora es que usa el sentido común para enseñarnos a leer las etiquetas de los productos y que no nos dejemos llevar por las apariencias; que aprendamos a comer mejor sin arruinarnos. Nadie dijo que fuera fácil. Pero tiempo al tiempo...».

Si te gusta el teatro, puedes llevarte en préstamo, además, cualquiera de los siguientes:

- **Vamos a comprar mentiras: alimentos y cosméticos desmontados por la ciencia / José Manuel López**
- **Los alimentos funcionales: una oportunidad para una mejor salud / Néstor S. Álvarez Cruz**

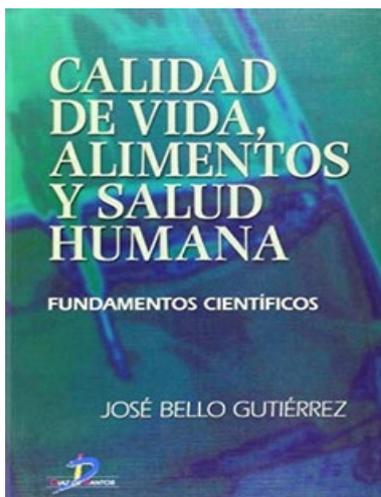


SABER DEL SABOR: manual de cultura gastronómica
Autora: Almudena Villegas Becerril

El conocimiento de la cultura gastronómica, si bien en auge, es todavía una asignatura pendiente en la que se hace preciso poner orden y rigor. Justo eso es lo que persigue y logra Almudena Villegas en este práctico manual, indicado tanto para su uso en centros de formación como para el lector profesional y el simple interesado, ávido de profundizar en esta apasionante parcela del saber humano. El apasionante mundo de los fogones es explicado y analizado en sus cuestiones esenciales: qué es la gastronomía, quiénes son sus protagonistas, cómo ha evolucionado la alimentación, cuáles son los principales conceptos gastronómicos, las nociones básicas sobre los sentidos... Tras conseguir el Premio Nacional de Investigación en Gastronomía en el año 2002, la autora continúa su labor de investigación y creación literaria especializada.

Si te gusta este, puedes llevarte en préstamo, además cualquiera de los siguientes:

- **Comida y cultura: nuevos estudios de cultura alimentaria / A. Garrido Aranda**
- **La antropología de la alimentación / Alicia Guidonet. La comida en el Japón / Muriel Gómez**



CALIDAD DE VIDA, ALIMENTOS Y SALUD HUMANA

Autor: José Bello Gutiérrez

El presente libro ha sido elaborado con el propósito divulgativo a la vez que didáctico, de ofrecer una visión clarificadora del conjunto de conocimientos disponibles acerca de las posibles relaciones detectadas entre los alimentos que se consumen y el estado de salud de las personas. Se inicia con una introducción en la que se desarrolla la evolución de las culturas alimenticias, seguidas de diez capítulos en los que se contemplan las propiedades de los alimentos desde diversos puntos de vista: la oferta alimenticia actual; las consecuencias beneficiosas derivadas del consumo de algunos alimentos; los efectos nocivos de otros; la descripción de los alimentos calificados de saludables; principales materias alimenticias con efectos promotores o protectores de la salud.

Si te gusta este, puedes llevarte en préstamo, además, cualquiera de los siguientes:

- **Dieta y cáncer: qué puede y qué no puede hacer tu alimentación / Julio Basulto, Juanjo Cáceres**
- **Dieta moderna para el tratamiento de la diabetes: recetas deliciosas, con variaciones prácticas para toda la familia y una guía dietética / Rosemarie Franke**

¡Felices Vacaciones!

