



**ELIKADURA
ETA
NUTRIZIOA**

**alimentación
y
nutrición**

Biblioteka

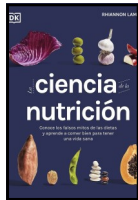


Nutrizioa Nutrición



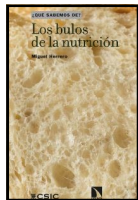
El arte de saber alimentarte: desde la ciencia de la nutrición al arte de la alimentación

Karmelo Bizkarra
2011



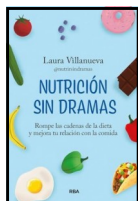
La ciencia de la nutrición

Rihannon Lambert
2022



Los bulos de la nutrición

Miguel Herrero
2024



Nutrición sin dramas: rompe las cadenas de la dieta y mejora tu relación con la comida

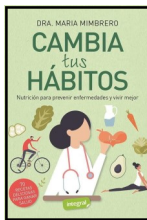
Laura Villanueva
2024



Todo lo que necesitas saber sobre las proteínas: guía práctica

Laura Arellano-García, et al.
2024

Dietetika Dietética

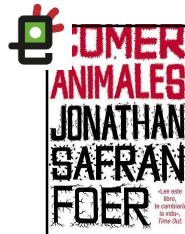


Cambia tus hábitos: nutrición para prevenir enfermedades y vivir mejor

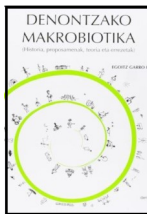
María Mimbbrero
2022



**Come sano,
come vegano**
Neal D. Barnard
2020

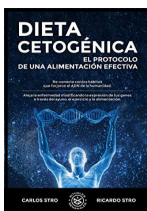


Comer animales
J. Safran Foer
2011



Denontzako makrobiotika: historia, proposamenak, teoria eta errezetak

Egoitz Garro Hernaiz
2010



Dieta cetogénica: el protocolo de una alimentación efectiva

Carlos Stro, Ricardo Stro
2019



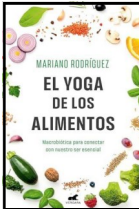
El ayuno como estilo de vida

Jason Fung, Eve Mayer, Megan Ramos
2022



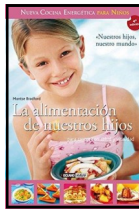
El mito vegetariano: alimentos, justicia, sostenibilidad

Lierre Keith
2018



El yoga de los alimentos: macrobiótica para conectar con nuestro ser esencial

Mariano Rodríguez
2024



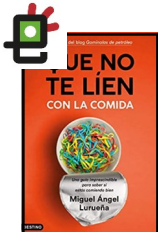
La alimentación de nuestros hijos

Montse Bradford
2011



¿Qué comes? Ciencia y conciencia para resistir

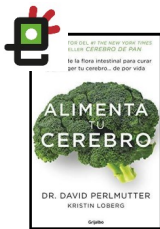
M.A. Martínez-González, Marisol Guisasola
2020



Que no te llien con la comida

Miguel Ángel Lurueña
2021

Dietoterapia



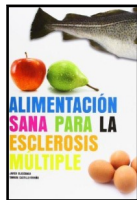
Alimenta tu cerebro

Perlmutter, K. Loberg
2016



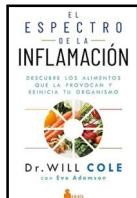
Alimentación amiga de tiroides

S. Grazioli Schagerl
2019



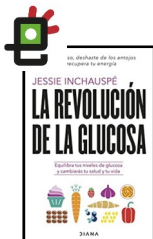
Alimentación sana para esclerosis múltiple

J. Olascoaga, T. Castillo-Triviño
2012



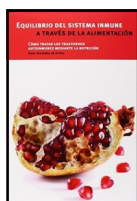
El espectro de la inflamación

W. Cole, E. Adamson
2021



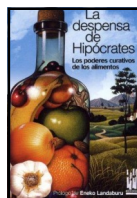
La revolución de la glucosa

Jessie Inchauspé
2022



Equilibrio del sistema inmune a través de la alimentación

Itziar González de Arriba
2011



La despensa de Hipócrates: los poderes curativos de los alimentos

Antonio Palomar
2005

Dietoterapia



Nutrición: alimentos y recetas para proteger del cáncer

Penny Brohn, Christine Bailey

2013



Nutrición energética para la salud del hígado y la vesícula

Jorge Pérez-Calvo

2013



Recetas para cuidar y curar la piel

Hanna Sillitoe

2018



¡Sana tu intestino! Recetario de la dieta GAPS

Hilary Boynton, Mary G. Brackett

2019



Superalimentos tóxicos

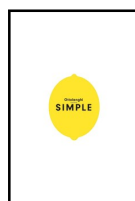
Sally K. Norton

2023

Errezetak Recetas

Crudo

Delphine de Montalier
2014



Cocina simple

Yotam Ottolenghi
2020

V de vegano

I. Chandra Moskowitz
2017



Recetas veganas fáciles y deliciosas

Angela Liddon
2018

1.101 recetas vegetarianas

Cuorpomente
2014



Ayurveda

B. Bianchi, E. Carafa
2018

Sin azúcar ni mantequilla

Miriam garcía
2019



Tus leches vegetales caseras

I. Bartolome, A. Monforte
2017

Entre fermentos

Javi Maeztu
2023



Recetas sin fibra

Judith Soto
2020

Errezetak Recetas

La cocina probiótica

Nerea Zorokiain Garín
2022

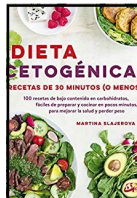


Macrobiótica moderna

Simon G. Brown
2015

Dieta cetogénica

Martina Slajerova
2017



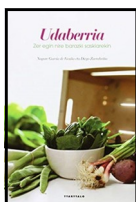
El método del plato

Adriana Oroz Lacunza
2021



La cocina vasca: un viaje culinario por el paraíso de los amantes de la comida

Marti Buckley
2021



Udaberria: zer egin nire barazki saskiarekin

Nagore García de Vicuña, Diego Zarrabeitia
2015



Handitzen, handitzen: 200 errezeta haurak ondo elikatzeko

Amaia Diaz de Monasterioguren
2009

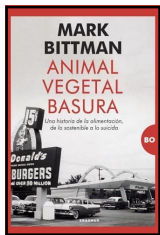
Elikagaien industria

Industria alimentaria



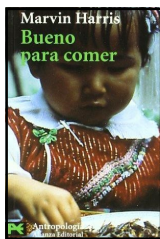
Adictos a la comida basura: cómo la industria manipula los alimentos para que nos convirtamos en adictos a sus productos

Michael Moss
2016



Animal, vegetal, basura

Mark Bittman
2024



Bueno para comer: enigmas de alimentación y cultura

Marvin Harris
2009

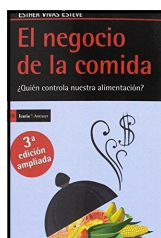


Comer es un acto político

Alain Ducasse, Christian Regouby
2018

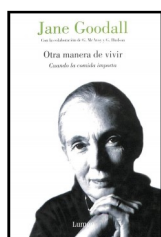
Elikagaien industria

Industria alimentaria



El negocio de la comida: ¿quién controla nuestra alimentación?

Esther Vivas Esteve
2017



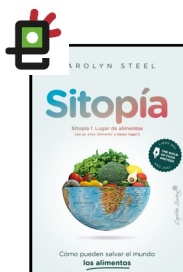
Otra manera de vivir: cuando la comida importa

Jane Goodall
2007



¿Quién alimenta realmente al mundo?: el fracaso de la agricultura industrial y la promesa de la agroecología

Vandana Shiva
2017



Sitopía: cómo pueden salvar el mundo los alimentos

Carolyn Steel
2022

Dokumentalak Documentales



Ama lurraren ahotsak: emakumeak elikadura subiranotasunaren protagonistak
2012



Cómo cocinar tu vida: el nirvana empieza en la cocina
Doris Dörrie
2008



Nuestros hijos nos acusarán
Jean-Paul Jaud
2011



Nuestro pan de cada día: alimentación y maltrato animal
Nikolaus Geyrhalter
2008



Super size me
Morgan Spurlock
2008

biblioteka



kultur
ate

 **Azoka kalea 1 - 20500 Arrasate**
 **943 25 20 25**
 **688 68 91 13**
 **biblioteka@arrasate.eus**
 **www.arrasate.eus/biblioteka**



eLiburutegian ere bai
También en eLiburutegia