

image not found or type unknown



# Salud a ciencia cierta

**Miguel Ángel Martínez-González**

**Fecha de publicación:**

25/09/2018

**Sello Editorial:**

Editorial Planeta

## Contacto de prensa

**Nombre:** Isabel Santos

**Teléfono:** 91 423 03 33

**Email:**

isantos@planeta.es

**Nombre:**

INTERNACIONAL:

Patricia Jiménez

**Teléfono:** 93 492 82 76

**Email:**

pjimenezl@planeta.es

**Nombre:** Laura Franch

**Teléfono:** 91 423 03 03

**Email:**

lfranch@planeta.es

**Nombre:**

INTERNACIONAL:

Eduardo Martín

**Teléfono:** 93 492 89 06

**Email:**

emartines@planeta.es

**Nombre:** Laura Verdura

**Teléfono:** 91 423 03 03

**Email:**

lverdura@planeta.es

**Nombre:** Fátima

Santana

**Teléfono:** 91 423 03 03

**Email:**

fsantana@planeta.es

Consejos para una vida sana sin caer en las trampas de la industria y de la mano de uno de los doctores más prestigiosos del momento

Tras haber estudiado a una población de más de 20.000 personas durante una década, el mayor estudio continuado hecho nunca sobre salud pública en España, el Dr. Martínez-González presenta en un lenguaje claro y ameno lo que la medicina sabe hoy en día sobre algunos de los problemas que más preocupan a los ciudadanos: el control de peso, la dieta ideal, el colesterol, la actividad física, la tensión arterial, los controles de salud, el consumo de alcohol, la adicción al tabaco, el estrés y hasta la felicidad.

¿Por qué a la gente le cuesta adelgazar? ¿Qué comemos que deberíamos retirar inmediatamente de nuestra despensa? ¿Cómo influye la industria en nuestra dieta? ¿Por qué el pan blanco es el peor alimento que hay? ¿Qué es peor, el azúcar o las grasas? ¿Por qué es hoy la industria de la alimentación peor que la del tabaco hace 50 años?

Un libro divulgativo pero que carga las tintas contra la industria alimentaria la nueva tabacalera, en palabras del propio autor y que desgrana cómo las empresas crean falsas necesidades dietéticas para vender sus excedentes, atentando así contra la salud pública.

image not found or type unknown



## Miguel Ángel Martínez-González

**Miguel Ángel Martínez-González** estudió Medicina en la Universidad de Granada y se especializó en Medicina Preventiva y Salud Pública. Obtuvo un máster en Salud Pública y Administración Sanitaria por la EASP y el grado de doctor por la Universidad de Granada. Cursó estudios avanzados de Bioestadística y Epidemiología en Tufts University, la UAB y la UNED. Es catedrático de Salud Pública de la Universidad de Navarra y catedrático visitante de la Universidad de Harvard. Ha liderado la red de investigadores del Predimed, el mayor ensayo realizado hasta ahora sobre los efectos de la dieta mediterránea y hábitos de salud. Sus libros *Salud a ciencia cierta* (2018) y *¿Qué comes?* (2020), ambos publicados por Planeta, han sido un éxito editorial.