

Comer sin miedo

J. M. Mulet

Mitos, falacias
y mentiras sobre
la alimentación en
el siglo XXI



NARRADO
POR EL AUTOR



Fecha de publicación:

17/03/2020

Sello Editorial:

Ediciones Destino

Contacto de prensa

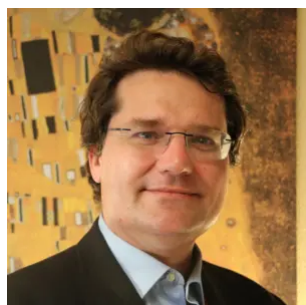
Nombre: Ficción Internacional

Email: prensaficcioninternacional@planeta.es

Nombre: NARRATIVA Y ENSAYO EN
CASTELLANO: Alba Fité

Teléfono: 93 492 80 27

Email: afite@edestino.es



Comer sin miedo

J.M. Mulet

El libro que desmonta la teoría de *La enzima prodigiosa* y enseña a comer de forma realmente saludable.

¿Era mejor la comida de antes que la de ahora? ¿Es más sano comer ecológico? ¿Estamos consumiendo mucha química? ¿Nos envenenan los aditivos? ¿Son tan malos los productos transgénicos como nos quieren hacer creer? ¿Existen las dietas milagro o las píldoras mágicas para adelgazar? ¿Cómo será la comida del futuro? ¿Anda suelta por ahí alguna enzima que lo cura todo?

En un momento en el que palabras como «natural», «ecológico» o «sin conservantes» inundan el etiquetado de los productos que compramos, *Comer sin miedo* ofrece un análisis científico y documentado de la realidad de los alimentos y de sus supuestas virtudes. J. M. Mulet, experto en bioquímica y biología molecular, revela en este audiolibro narrado por él mismo qué hay de cierto y qué hay de mito en la información que circula sobre lo que nos llevamos a la boca, desmontando con ironía y humor un sinfín de falacias y mitos.

Radicalmente en contra de la demonización de la intervención humana en los alimentos, nos demuestra que hoy la comida es más segura que nunca en la historia de la humanidad, que por fin tenemos el privilegio de poder comer sin miedo.

«Por mucho que te lo digan, la comida natural es un mito. Toda la comida es fruto de la selección artificial, de la mejora genética y por tanto de la tecnología. Por eso, en un tomate tienes más tecnología que en un iPhone 5, y además es más barata, con lo que todos podemos disfrutar de ella.»

J.M. Mulet

J. M. Mulet (Denia, 1973) es catedrático de Biotecnología en la Universidad Politécnica de Valencia e investigador en el Instituto de Biología Molecular y Celular de Plantas, del que es vicedirector. En su faceta de divulgador científico ha publicado *Los productos naturales ¡vaya timo!*, y en Destino *Comer sin miedo* (Premio Prismas 2014 al mejor libro de ciencia editado en castellano), *Medicina sin engaños*, *La ciencia en la sombra*, *Transgénicos sin miedo*, *¿Qué es comer sano?*, *¿Qué es la vida saludable?*, *Ecologismo real* y *Comemos lo que somos*. Colaborador de varios pódcast y programas de radio, también es autor de la sección «Ciencia sin ficción» en *El País Semanal*, de «Fotogramas de ciencia» en la revista de divulgación científica *Mètode* y del blog *Tomates con genes*.

Twitter: @jmmulet