



Tu cuerpo tiene las respuestas

Giulia Enders

El esperado regreso de la autora de *La digestión es la cuestión*, con ocho millones de ejemplares vendidos en todo el mundo

El esperado regreso de la autora de *La digestión es la cuestión*, con ocho millones de ejemplares vendidos en todo el mundo

Desde hace milenios el cuerpo humano afronta desafíos y los resuelve con una eficacia asombrosa. ¿Qué podemos aprender de él? En su nuevo libro, la doctora Giulia Enders despliega su talento incomparable para redescubrir qué significa realmente **«escuchar al cuerpo»**. Apoyándose en los últimos descubrimientos científicos, explora el papel de **los pulmones, de la piel, del sistema inmunitario, de los músculos y del cerebro**, los cinco pilares esenciales para que nuestro organismo funcione perfectamente. Nos recuerda que no somos máquinas ni algoritmos, sino seres vivos definidos por los lazos de dependencia que nos unen al entorno. *Tu cuerpo tiene las respuestas* es mucho más que un libro sobre nuestro cuerpo: es una exploración poética de nuestra naturaleza y **una invitación a redescubrir la sabiduría del cuerpo para vivir mejor como individuos y afrontar con más conciencia los desafíos que nos esperan como sociedad.**

Fecha de publicación:

04/02/2026

Sello Editorial:

Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Isabel Santos

Teléfono: 91 423 03 33

Email: isantos@planeta.es

Nombre: Laura Franch

Teléfono: 91 423 03 03

Email: lfranch@planeta.es

Nombre: Laura Verdura

Teléfono: 91 423 03 03

Email: lverdura@planeta.es

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensaficcioninternacional@planeta.es

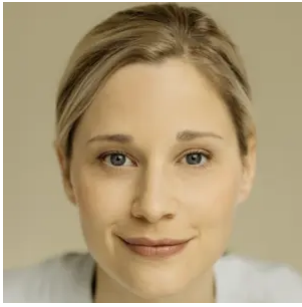
Nombre: Blanca Vidales

Email: blanca.vidales@planeta.es

Nombre: Fátima Santana

Teléfono: 91 423 03 03

Email: fsantana@planeta.es



Giulia Enders

Giulia Enders es doctora y autora de *La digestión es la cuestión*, libro que publicó a los veintitrés años y que se convirtió en un fenómeno mundial de ventas, se tradujo a varios idiomas y despertó el interés por un órgano tan desconocido como el intestino. Ha trabajado como médica y como investigadora en el ámbito de la microbiología y mantiene un firme compromiso con la divulgación de temas científicos entre el público general.