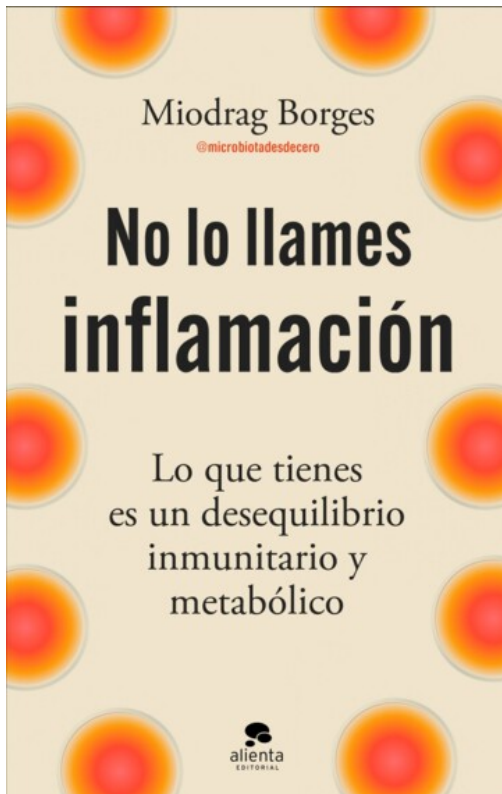




Fecha de publicación:
20/05/2026

Sello Editorial:
Alienta Editorial

Contacto de prensa

Nombre: María José Bertrán

Email: mjbertran@planeta.es

Nombre: Júlia Llaó

Email: julia.llao@planeta.es

No lo llames inflamación

Miodrag Borges

¿Tu cuerpo está fallando... o está reaccionando?

¿Tu cuerpo está fallando... o está reaccionando?

La **inflamación** se ha convertido en el gran **enemigo de la salud moderna**. La señalamos como una de las grandes culpables de la obesidad, la diabetes tipo 2, el cáncer o las enfermedades autoinmunes. Pero **¿y si el problema no fuera la inflamación en sí?** Miodrag Borges desmonta el discurso simplista y revela que la inflamación es una herramienta evolutiva esencial que, cuando se cronifica, refleja un desequilibrio profundo de nuestro organismo, con el sistema inmune, el metabolismo y el entorno como protagonistas principales.

A lo largo de estas páginas, el autor explora el papel real del sistema inmunitario y su conexión directa con las mitocondrias, la microbiota y las rutas metabólicas que determinan cómo nuestras células obtienen energía. Conceptos como **inmunometabolismo, reprogramación metabólica, predominio excesivo de la glucólisis o metainflamación** se convierten en piezas clave para entender por qué tantas enfermedades que impactan de manera acusada en nuestra sociedad comparten una misma base biológica.

Lejos de proponer soluciones mágicas, este libro incide en **recuperar la flexibilidad metabólica e inmunitaria**. No se trata de apagar el sistema inmune o de eliminar la inflamación, sino de aprender a modularla y devolverle su capacidad de resolución.

Miodrag Borges