

La muerte de los bosques

Francisco Lloret

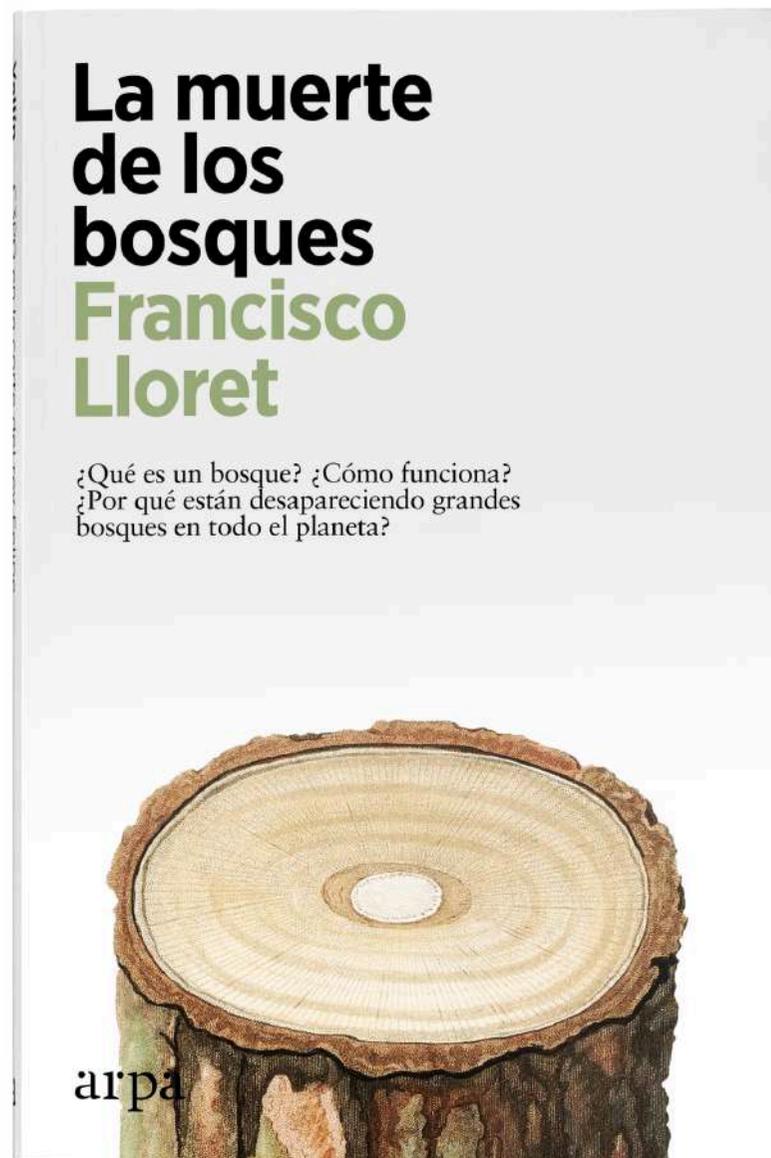
Están muriendo bosques de todo el mundo.
Algunos de ellos primarios, de incalculable valor.
Es un fenómeno actual, muy grave y aún poco conocido.

El libro ahonda en los principales riesgos a los que se enfrentan los bosques hoy: deforestación, plagas, incendios, cambio climático, factor humano, etc.

También constituye una excelente obra divulgativa sobre el funcionamiento de los bosques. ¿Qué es un bosque? ¿Cómo funciona? ¿De qué está compuesto? ¿Cómo se desarrolla?

Francisco Lloret es catedrático de Ecología en la Universidad de Barcelona.

#divulgación #ecología #bosques #sostenibilidad



Julio

Ecología | 19,90 € | 280 pp. | 140 x 213 mm
Rústica con solapas | ISBN 978-84-18741-35-7

La violencia invisible

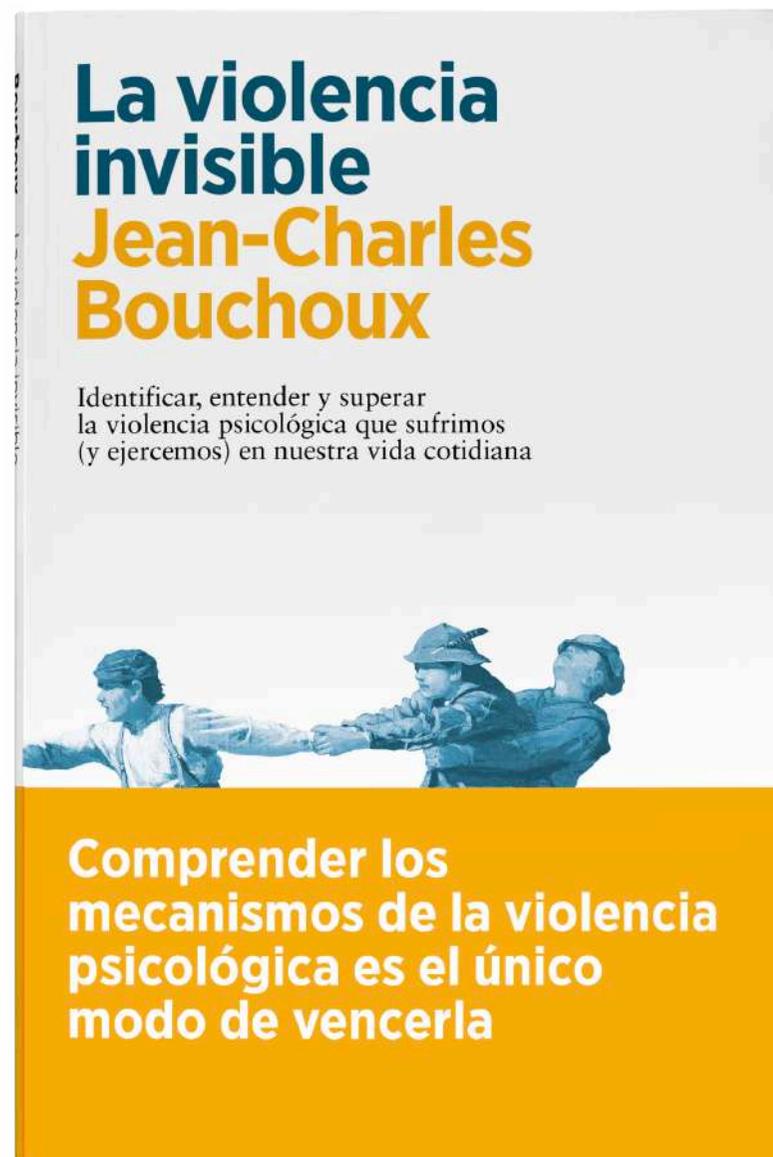
Jean-Charles Bouchoux

Cómo reconocer, comprender y superar la violencia invisible que muchxs sufrimos —o incluso ejercemos sin saberlo— a diario.

Existe un tipo de violencia patológica, estructural, morbosa, egoísta... y que además es invisible.

Bouchoux, autor del éxito internacional *Los perversos narcisistas* (Arpa, 2016), se propone desenmascarar este tipo de violencia tan difícil de reconocer por no ser explícita, y que a menudo lleva, a quienes la padecen, a sentir que se hunden en un naufragio vital. Pero de esas situaciones no solo se puede salir, sino que se puede salir creciendo.

#desarrollopersonal #psicología #psicoterapia #sufrimiento



Marzo

Desarrollo personal | 18,90 € | 204 pp. | 140 x 213 mm
Rústica con solapas | ISBN 978-84-18741-32-6

La violencia invisible

Jean-Charles Bouchoux

La violencia no son solo gritos y golpes. Hay muchas formas de violencia menos espectaculares. Más sutiles. Más insidiosas.

A veces, la violencia invisible es «normal». Es «útil». Permite expresar frustración, por ejemplo, o tomar una decisión que nos hace progresar. Sin embargo, en muchas ocasiones, la violencia invisible es «tóxica». No sirve para nada. Peor aún: hace que quien la sufre se hunda en una profunda sensación de naufragio vital.

Tras el éxito mundial de *Los perversos narcisistas*, el psicoterapeuta Jean-Charles Bouchoux quiere visibilizar este fenómeno, desvelar los mecanismos psicológicos que lo desencadenan y ofrecernos herramientas y pautas para tratarlo y superarlo en nuestra vida cotidiana: en el trabajo (o el colegio), en casa, en la pareja, etc. Pues, como afirma el autor, el estado natural de las personas es el amor y la alegría.

Jean-Charles Bouchoux es psicoanalista, psicoterapeuta y escritor. Es un referente mundial en el estudio de los mecanismos perverso-narcisistas. Desde hace más de diez años, imparte conferencias y forma terapeutas en Europa y América Latina. Su libro *Los perversos narcisistas* (Arpa, 2018) ha vendido centenares de miles de ejemplares en todo el mundo.

Maternidades precarias

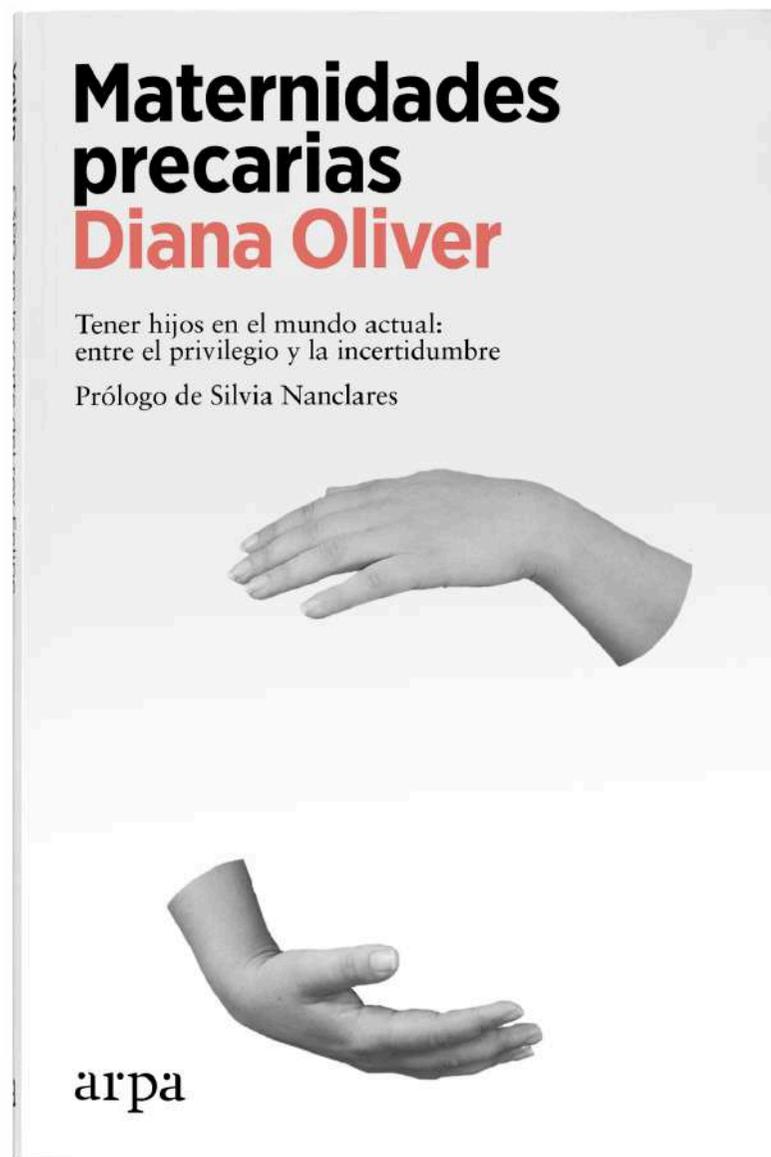
Diana Oliver

Un libro bien escrito, lúcido, directo y durísimo sobre la realidad de la maternidad en la sociedad actual. Un debut extraordinario.

Precariedad, cansancio, deseo, libertad, soledad, conciliación, condiciones materiales de vida, salud mental... Diana Oliver analiza las contradicciones y dificultades que tejen la experiencia de ser madre en una sociedad que desprecia los cuidados.

Oliver es periodista especializada en maternidad, infancia y salud en *El País*. Es madre de dos hijos.

#maternidad #familia #política #feminismo #precariedad



Abril

Maternidad | 18,90 € | 208 pp. | 140 x 213 mm
Rústica con solapas | ISBN 978-84-18741-42-5

Maternidades precarias

Diana Oliver

La maternidad es hoy como un alambre sobre el que caminamos muchas mujeres. Lo atravesamos sin red protectora, como funambulistas, intentando mantener un equilibrio casi imposible mientras avanzamos a tientas o con los ojos cerrados.

Precariedad, cansancio, soledad, salud mental, incertidumbre, culpabilidad... A pesar de tener aparentemente mejores condiciones que nunca para ser madres, la realidad es que la mayoría de mujeres la vive con dosis de angustia y frustración. La desinversión constante en políticas sociales, el avance imparable del feminismo neoliberal, la soledad de los cuidados, los trabajos alienantes y mal pagados, la violencia estructural... La crianza se ha convertido en un problema para nuestro sistema, un impedimento para seguir en la rueda productiva. Diana Oliver analiza en este libro las contradicciones y dificultades que tejen la experiencia de ser madre en una sociedad que desprecia los cuidados.

Maternidades precarias es un manifiesto lúcido a la vez que luminoso que nos invita a repensar la maternidad y los cuidados. No como un problema, o una carga, sino como una experiencia central, valiosa, que debemos proteger y valorar.

Diana Oliver (Madrid, 1981) es periodista especializada en temas de maternidad, infancia y salud. Fue la responsable de crear, actualizar y dinamizar las webs y las redes sociales del área de revistas del Grupo Zeta hasta 2014. Coincidiendo con el nacimiento de su primera hija, pasó al periodismo *freelance*. Desde entonces planifica y ejecuta campañas de comunicación y colabora de forma habitual con medios como *El País*. También ha colaborado con *eldiario.es* o plataformas como *Madresfera* o *Mammaproof*. Ha publicado dos libros infantiles, *Tetita* (2017) y *iÑam! Sobre lo que comemos* (2020). En 2021 recibió el I Premio de Comunicación LactApp por su labor informando con rigurosidad sobre lactancia materna. Tiene dos hijos y vive en Madrid.

Yoga para alejarnos del dolor

Mireia Coma-Cros

Una guía completa sobre cómo y por qué el yoga mejora la salud y el bienestar y, por ello, ha empezado a ofrecerse como práctica terapéutica complementaria en hospitales de referencia internacional.

Incluye posiciones y técnicas para equilibrar nuestro sistema de forma holística: bajar la tensión, reducir el estrés, dormir mejor, estirar tejidos musculares, etc.

Mireia Coma-Cros es experta en yoga terapéutico. Con formación en Estados Unidos, colabora con varios hospitales y fundaciones como Oncolliga, Salut Plus y “la Caixa”.



Septiembre

Yoga | 19,90 € | 264 pp. | 150 x 230 mm
Rústica con solapas | ISBN 978-84-18741-34-0

Una historia de los números

Enrique Gracián

Una obra maestra del género divulgativo.

El cero, el uno, el infinito, los números enteros, los números primos, los números racionales e irracionales, la utilidad de los números, el origen y la naturaleza de las matemáticas...

Gracián nos explica con brillantez y claridad qué son los números, para qué sirven, cómo han impulsado el extraordinario desarrollo de las matemáticas y qué misterios nos quedan por resolver.

Enrique Gracián es matemático. Su libro *Los números primos* se convirtió en un best seller internacional. En Arpa ha publicado *Construir el mundo*, traducido al ruso y al chino.

Una historia de los números

Enrique Gracián

El cero, el uno,
los números primos
y el infinito



arpa

Noviembre

Divulgación científica | 19,90 € | 280 pp. | 140 x 213 mm
Rústica con solapas | ISBN 978-84-18741-65-4

Parejas imperfectas y felices

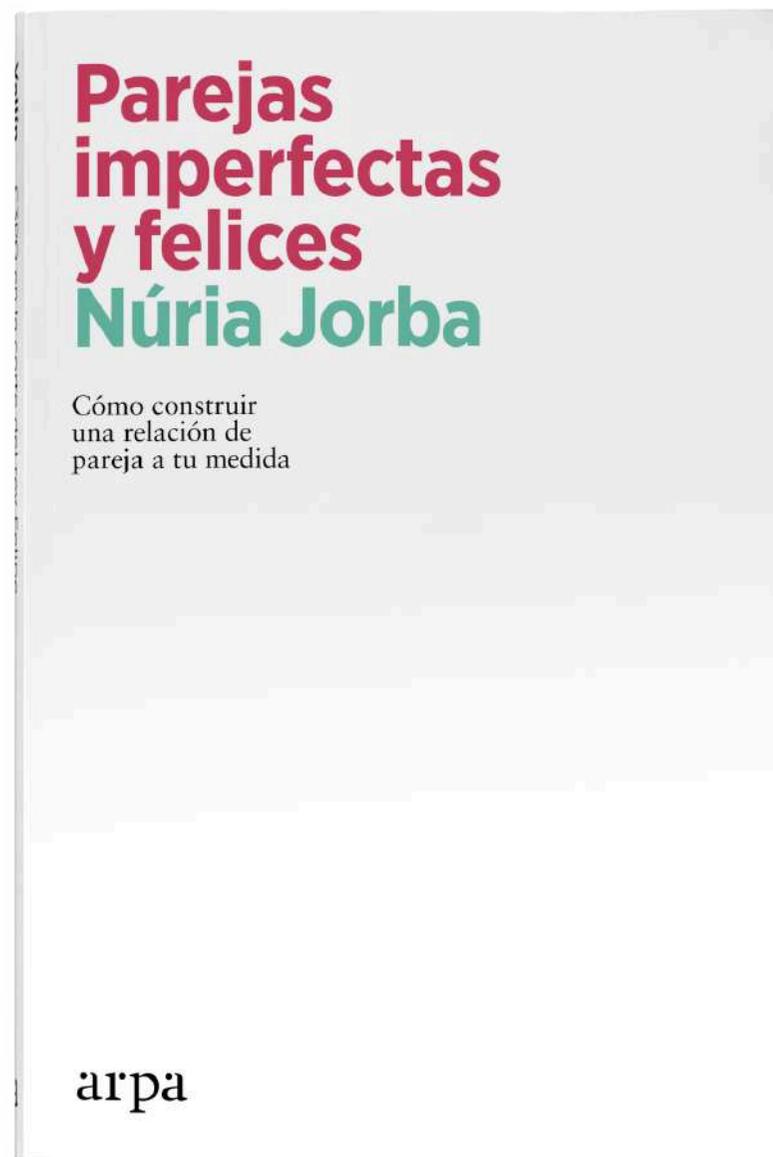
Núria Jorba

Una guía para encontrar pareja, cuidar mejor de una pareja existente o sencillamente poner fin a una relación de un modo civilizado.

Sexo, infidelidad, amor romántico, comunicación en la pareja, modelos de pareja, relaciones tóxicas... El libro trata todo lo que un psicólogo especializado en sexualidad y relaciones de pareja trataría en sus primeras sesiones de trabajo.

Núria Jorba es psicóloga y sexóloga y fundadora del Centro Núria Jorba de psicología de Barcelona, un referente en la materia en España.

#desarrollopersonal #psicología #amor #sexualidad #parejas



Junio

Desarrollo personal | 18,90 € | 208 pp. | 140 x 213 mm
Rústica con solapas | ISBN 978-84-18741-48-7