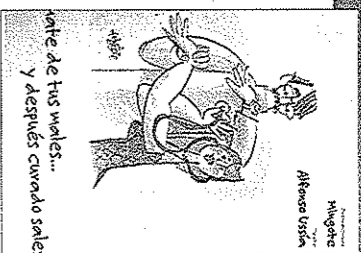


### MICROCRÉDITOS. LA REVOLUCIÓN SILENCIOSA

**Varios autores**  
Editorial Debate  
256 páginas  
El microcrédito puede contribuir a la lucha contra la pobreza y la desigualdad que existe actualmente en el mundo. Los autores de este libro pretenden popularizar este término, dar a conocer las personas que lo inventaron, su naturaleza y los puntos clave de esta idea que puede ayudar a mejorar la vida de miles de personas. Este relato demuestra cómo este concepto se comienza a aplicar en España.



### INFÓRMATE DE TUS MALES... Y DESPUÉS CURADO SALES

**A. Ussía y A. Mingote**  
MSD  
45 páginas  
Este libro reivindica con humor la necesidad de todos los pacientes por conocer cualquier tema referente a su salud y demandar sus derechos. Además, resalta el perfil participativo del nuevo paciente, que se informa cada vez más sobre su salud a través de nuevos medios como Internet. La obra destaca por las ilustraciones de Antonio Mingote, quien aporta un toque de originalidad y frescura a los versos de la pluma de Ussía.



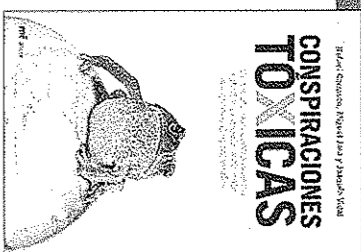
### MONT. IMATGES DE MUNTANYA I NATURA

**Varios autores**  
Centre Excursionista de Llorer de mar  
252 páginas  
El Centre Excursionista de Llorer de Mar edita este libro con motivo de su décimo aniversario. La obra muestra las mejores imágenes que el centro ha exhibido en las exposiciones de los concursos que ha realizado a lo largo de su historia. El catálogo contiene excelentes fotografías de montaña y naturaleza, denuncia ecológica y espacios naturales de las diferentes regiones de Gerona.



### GUÍA DE VIAJE POR BAÑEROS DE ESPAÑA

**Varios autores**  
Anaya  
483 páginas  
Los balnearios han adquirido una gran popularidad en estos últimos años. Esta guía de viajes descubre al turista los mejores de España, donde se puede aprovechar de los beneficios de los baños de burbujas, barras calientes e incluso masajes donde el chocolate es el protagonista. Este libro ofrece también los lugares, rutas y cultura idílicas de cada comunidad.



### CONSPIRACIONES TÓXICAS

**Varios Autores**  
Mr. Ahora  
384 páginas  
Este libro recuerda al lector las oscuras relaciones que existen entre el poder económico y político, y el efecto que producen en el medio ambiente. Esta investigación descubre diversos proyectos oscuros, como los relativos a la telefonía móvil, la contaminación del sector de la cerámica o el tráfico de los bosques. Los autores los sacan a la luz y muestran sorprendentes revelaciones acerca de quién mueve nuestra salud y medio ambiente.

## Viajar con animales

Es la primera vez que vamos a salir de vacaciones con nuestro perro, que ahora tiene un año, y quisiera saber qué debemos tener en cuenta.

**MARÍA GARCÍA**  
Madrid

Con el verano, no sólo llegan las ansiadas vacaciones, sino también el calor. Los viajes y un tiempo en el que poder disfrutar de actividades con las mascotas. Pero hay que tomar ciertas precauciones para evitar accidentes. Cada animal tiene su propio carácter, y los hay a los que el cambio de rutina no les gusta. Los gatos son muy propensos a sentirse incómodos frente a estas situaciones, así que hay que darles tiempo para que se sientan más seguros.

Para ayudar a que el animal se sienta como en casa, es importante llevar los elementos con los que se desenvuelve en el día a día. Su colchoneta para dormir, sus juguetes preferidos y, algo muy importante para evitar problemas de salud, el pienso que consume en casa. Los cambios de alimentación pueden provocar problemas gastrointestinales, así que, aunque se trate de una marca de pienso fácil de encontrar, es mejor llevar una provisión por si acaso.

El calor nos afecta a todos y los animales no son una excepción. Por ello, hay que evitar hacer actividades en las horas de más calor, asegurarse de que está hidratado y jamás dejarle en el coche, aunque esté a la sombra y con las ventanillas abiertas, porque el perro puede sufrir un golpe de calor que le ocasione la muerte.

Además, cuando se sale de viaje es importante llevar la documentación del animal, como la cartilla de vacunaciones. Tampoco hay que olvidar que la identificación con el microchip, no sólo es obligatoria, sino necesaria para recuperar al perro en caso de extravió.

**Carolina PINEDO**

Asociación para la Defensa de los Derechos de los Animales (ADDA) [www.adda.org](http://www.adda.org)

## Aviso a los lectores

Los textos destinados a esta sección no deben exceder las 30 líneas. Imprescindible adjuntar fotocopia del DNI.

Cartas A TU SALUD  
C/ Josefa Valcarlos 42  
28027 Madrid  
[atnsalud@larazon.es](mailto:atnsalud@larazon.es)

**IBEROAMERICANA  
DE INVERSIONES  
Y PROYECTOS, S.A.**

## Camino de Santiago

La construcción de un polígono industrial en las cercanías de Lavacolla, en O Pino (La Coruña), va a borrar del mapa un tramo considerable del Camino Histórico. Desgraciadamente no es éste un hecho aislado, sino que se repite con frecuencia, y no sólo en Galicia, donde el camino está protegido por ley, sino a lo largo del Camino Francés. No es un hecho irrelevante, ya que se pervierte un bien colectivo que no es sólo nuestro, sino de todo el mundo. El Camino de Santiago es testimonio de nuestra historia y de una gran parte de nuestra tradición cultural.

Desde aquí, como ciudadano y peregrino, pido la reconsideración de la construcción del polígono y la coordinación de las administraciones para poner coto a semejantes agresiones mediante leyes.

Asimismo me solidarizo con la Asociación Galega de Amigos del Camino de Santiago en su denuncia del atentado al Camino Francés y apoyo todas sus acciones para conseguir detener la construcción del polígono.

**ANA ISABEL SÁNCHEZ**

Albacete

## Bioplástico de patata

Cada día estoy más convencido de las enormes capacidades y de las bondades de los productos naturales, uno de estos productos es la pa-

## CARTAS DE LOS LECTORES

### La droga nos invade

**R**echinimos a través de la televisión y medios de comunicación informaciones engañosas sobre las drogas.

Un porro, dos, tres, no pasa nada, la coca... nada...

Varias voces se han levantado en contra, médicos, psiquiatras... pero no se les ha escuchado.

Hoy veo en los medios de comunicación que somos los primeros consumidores de droga del mundo.

¡Felicidades, estamos sobresa- liendo!

Posiblemente también se re-

tata que además de haber matado el hambre a muchos humanos ahora, la Universidad de Maine, Estados Unidos, ha desarrollado la producción de bioplástico a partir de patatas. Se trata del ácido poliláctico o PLA, un bioplástico que se viene fabricando en EEUU desde hace unos años a partir del maíz, que se puede utilizar para fabricar botellas, utensilios CDs y otros usos.

mos los primeros en llenar con nuestros drogadicitos los hospitales y los psiquiátricos.

No puedo pensar que no tengamos en España personas en el Gobierno capaces de reducir la entrada de la droga y que no podamos controlar el consumo de nuestros jóvenes, protegiéndolos.

¿Que pasa con nuestros dirigentes? ¿Por qué esta permisividad?

**Asunción VILLALONGA**

Barcelona

La variante es que en lugar de utilizarse almidón de maíz como se viene haciendo hasta ahora, se utilizaría fécula de patata. Varias empresas han mostrado su interés en instalar una fábrica en Maine, donde existe una de las zonas patateras más importantes de EEUU.

Los Bioplásticos de fécula de patata, al igual que los de maíz, son reciclables, biodegradables y proce-

dentés de fuentes renovables. Recordemos que la FAO está organizando, para el 2008, el Año Internacional de la Patata. Pienso que esta planta se lo tiene bien merecido.

**Jesús DOMÍNGO**

Girona

### Belleza unida a salud

Hoy en día, la belleza es un tema vigente que ha despertado mucha polémica. Quizás le demos demasiada importancia, es cierto, pero no por ello se debe olvidar que la imagen es indispensable en muchos ámbitos de la vida.

La seguridad en uno mismo depende mucho de cómo nos sentimos anímicamente, lo que depende, en muchos casos, de la imagen que tengamos de nosotros mismos ante el espejo. Pero existe otro tipo de belleza muy unida a la salud. En estas fechas veraniegas, la información acerca de las cremas y de los productos contra el sol se hace necesaria. Por ello, echo de menos aquella página de este suplemento en la que informárais sobre este tipo de productos que no aportaban tanto belleza, sino salud al cabello y al cuerpo. Me gustaría que dierais información acerca de las novedades que nos puedan proteger tanto a mayores como niños contra los efectos nocivos del sol, del cloro de las piscinas o del agua del mar. Así, el verano será más seguro para todos.

**SARA RUIZ**  
Murcia