

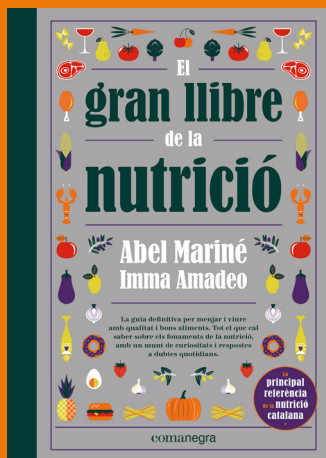
# El gran llibre de la nutrició

**Abel Mariné i Imma Amadeo**

Presentem la que pretén esdevenir l'obra magna de la nutrició catalana. **Més de vint anys de feina de dos autors que es materialitzen en una guia que combina equilibradament les vocacions didàctica i científica.** Una obra enciclopèdica que, no obstant, ens aboca a una lectura àgil. En un moment de màxima urgència pel que fa a la consciència alimentària, aquest llibre assenta les bases del que ha de contemplar qualsevol dieta assenyada. Som davant del llibre-trajectòria del principal nutricionista català de les últimes dècades, Abel Mariné, que s'ha pogut fer realitat gràcies a la periodista Imma Amadeo.

**Un llibre apte per a tots els públics que també serà ineludible per als especialistes en la matèria.** *El gran llibre de la nutrició* són més de set-centes pàgines estructurades en dos blocs: un primer bloc amb els aspectes més generals del bon menjar, amb les bases de la composició d'aliments i els fonaments de la nutrició, i un segon bloc, el més extens, que desplega tots els grups d'aliments segons descripció, composició, valor nutritiu, formes de presentació i consells de consum i conservació. Al final de cada grup d'aliments s'hi mostren preguntes i respostes reals fetes a Mariné al llarg de tants anys d'investigació acadèmica i col·laboracions en mitjans de comunicació.

8 de juny



**Preu: 29,50€**  
**Format: 17x24 (rústica)**  
**Pàgines: 720**  
**ISBN: 978-84-18857-56-0**

\*\*\*

**Per a petició d'exemplars i/o entrevistes, contacteu amb:**  
**Pablo Mallorquí**  
**[comunicacio@comanegra.com](mailto:comunicacio@comanegra.com)**  
**932 68 01 77**

L'objectiu global d'*El gran llibre de la nutrició* és contribuir a aportar criteri, racionalitat i bases científiques a les discussions actuals sobre la nutrició humana, no s'estalvia els debats més candents i no cau en correccions polítiques pseudocientífiques. **El llibre d'Abel Mariné i Imma Amadeo es vol convertir en un marc de referència per a qualsevol que estigui interessat en l'alimentació.** Ens diuen ells:

comanegra

«Tots mengem. De pressa i corrents o assaborint les menges. A peu dret o gaudint de llargues sobretauls. Picant entre hores o de manera ordenada. En definitiva, els autors d'aquest text volen contribuir a fer que els lectors tinguin informació correcta a l'hora de triar, lliurement però amb coneixement de causa, el que mengem i com ho mengem. La idea de fer aquest llibre ve de lluny. Va prenent forma quan els autors, als anys noranta, col·laboraven als programes radiofònics de Josep Cuní, a COM Ràdio i Ona Catalana, com a guionista (Imma Amadeo) i divulgador (Abel Mariné) sobre alimentació i nutrició. La bona entesa, el treball en comú i la participació durant tots aquests anys en programes de ràdio, televisió —sobretot a TV3— i premsa escrita —especialment a *El Punt Avui*— han permès acumular material que ara es presenta ordenat en forma de llibre.»

**Abel Mariné és el principal mestre de la nutrició catalana de les últimes dècades.**

Un savi com n'hi ha pocs i un divulgador de primera línia. Quan les dietes saludables o la sostenibilitat ecològica tenien ben poc protagonisme mediàtic, Mariné ja bregava en mitjans com TV3 o COM Ràdio per fer agafar



consciència sobre qüestions bàsiques de la nostra alimentació. Catedràtic de Nutrició i Bromatologia i Professor emèrit de la Facultat de Farmàcia de la Universitat de Barcelona. Ha exercit la docència a les Universitats de Barcelona (1969-73 i des del 1982) i de Salamanca (1973-1982). Fou també director general d'universitats del Departament d'Ensenyament de la Generalitat de Catalunya (1986-90), vicepresident de la Comissió Interdepartamental de Recerca i Innovació Tecnològica de la Generalitat de Catalunya (1991-93) i president de l'Associació Catalana de Ciències de l'Alimentació (1984-89 i des del 2012). Rebé la Medalla Narcís Monturiol al mèrit científic i tecnològic de la Generalitat de Catalunya (2001) i és membre d'honor de l'Academia Española de Nutrición y Ciencias de la Alimentación i membre de l'Institut d'Estudis Catalans (2003). Ha estat també membre del Quadre d'Experts en Seguretat dels Aliments de l'Organització Mundial de la Salut (1984-88) El 2012 fou guardonat amb el Premi Ramon Turró del Centre Català de la Nutrició, i el 2016 compartí amb Claudi Mans la distinció de la Universitat de Barcelona a les millors activitats de divulgació científica. **En aquest llibre s'ha confabulat amb la periodista Imma Amadeo, col·laboradora habitual a tants mitjans de comunicació, per estructurar el gran llegat dels seus coneixements.** Llicenciada en Filologia Catalana per la UB (1992) i en Periodisme per la UPF (1994). Cap de comunicació de Maristes Catalunya (des del 2015) i professora de Tècniques del Periodisme Audiovisual a la Universitat Pompeu Fabra (professora associada des del 2002).