



# MENOPAUSIA

Puedes consultar la disponibilidad de estos libros en nuestro catálogo:

<https://bibliotecas.aragon.es>

Consulta más información en:

<https://hablemosdelamenopausia.es/>



Actualizado en octubre de 2025

**Libros disponibles para el préstamo en las Bibliotecas Municipales de Huesca**



@biblioshuesca



@BibliotecasMunicipalesHuesca



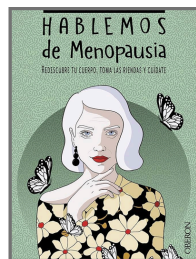
@biblioshuesca

[www.huesca.es/areas/bibliotecas](http://www.huesca.es/areas/bibliotecas)

**salud**  
servicio aragonés  
de salud  
GERENCIA SECTOR  
HUESCA



Ayuntamiento  
de **Huesca**



AL-ADIB MENDIRI, M.  
***Hablemos de menopausia. Redescubre tu cuerpo, toma las riendas y cuídate***  
Madrid: Oberon, D. L. 2023



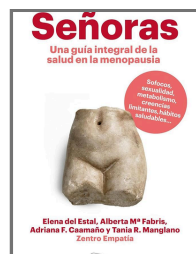
ANDRÉS DOMINGO, P.  
***Menopausia. Una mirada feminista desde el buentrato***  
Madrid: Catarata, D.L. 2022



CAMARA, L.  
***Desearte: claves para el deseo sexual femenino***  
Barcelona: Vergara, 2023



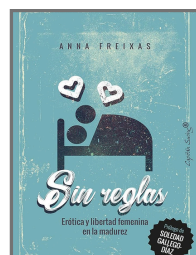
CAMARA, L.  
***Sexopausia. Guía para el placer en la menopausia***  
Barcelona: Vergara, 2024



ESTAL PEREZ, E. DEL [et. al]  
***Señoras. Una guía integral de la salud en la menopausia***  
Barcelona: Arpa & Alfil Editores, 2023



FREIXAS FARRÉ, A.  
***Nuestra menopausia. Una versión no oficial***  
Madrid: Capitán Swing, 2024



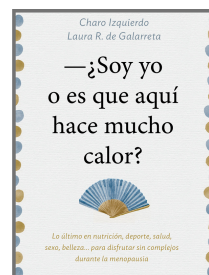
FREIXAS FARRÉ, A.  
***Sin reglas. Erótica y libertad femenina en la madurez***  
Madrid: Capitán Swing, 2018



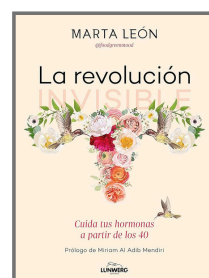
GROSSMANN CAMPS, M.  
***Menopausia. No hay reglas. Recursos para vivir con plenitud el climaterio***  
Barcelona: Larousse, 2024



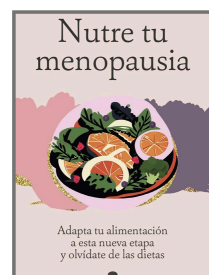
GUNTER, J.  
***Manifiesto por la menopausia. Un manual revolucionario que destierra mitos y tabúes***  
Barcelona: Libros Cúpula, 2022



IZQUIERDO MARTÍNEZ, C.  
***¿Soy yo o es que aquí hace mucho calor?. Lo último en nutrición, deporte, salud, sexo, belleza... para disfrutar sin complejos durante la menopausia***  
Barcelona: Planeta, 2018



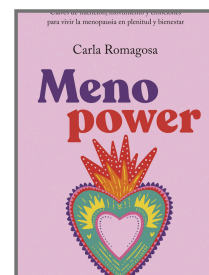
LEÓN, M.  
***La revolución invisible. Cuida tus hormonas a partir de los 40***  
Barcelona: Lunwerg, 2023



MARCÈ, M.  
***Nutre tu menopausia. Adapta tu alimentación a esta nueva etapa y olvídate de las dietas***  
Barcelona: Alienta, 2024



MUNAR TORRES, B.  
***Reinas sin reglas. Claves nutricionales para la salud femenina a partir de los 40 años***  
Barcelona: Grijalbo, 2023



ROMAGOSA, C.  
***Menopower. Claves de nutrición, movimiento y emociones para vivir la menopausia en plenitud y bienestar***  
Barcelona: Planeta, 2024



VAZQUEZ MARTÍNEZ, C.  
***Con hormonas y a lo loco***  
Barcelona: Vergara, 2021