Recomanacions literàries

de professionals col·laboradors de la Xarxa DOMUM



domum

www.domumprogramme.org

1 **EL VERANO EN QUE MI MADRE TUVO LOS OJOS VERDES**
Tatiana Tibeluac

"Yo lo recomiendo porque es una historia de reconciliación, amor y perdón. Muy emotivo."

Verónica Lluch Garvi. Subdirecció Infermeria. Hospital Universitari Son Llàtzer (Mallorca)

2 **30 SUNSETS PARA ENAMORARTE**
Mercedes Ron

"El recomanaria perque combina el romanç, emocions intenses i paíssatges evocadors com la posta de sol a Bali. Explora temes universals com l'amor, els secrets i les segones oportunitats. Recomanble per qualsevol edat."

Fina Navío Cutillas. Hospital de dia onco-hematològic. Hospital Universitari Son Llàtzer. (Mallorca)

3 **PIT I AMUNT**
Marta Pena Riba

"El llibre Pit i amunt, està escrit per una cosina segona meva que va patir càncer de mama. Crec que pot aportar llum i missatges positius a qui el llegeixi, gràcies al seu esperit de superació."

Miriam Mallafré Burgos. Secretaria d'Oncologia Mèdica. Hospital Clínic (Barcelona)

4 **LA DARRERA LLIÇÓ**
Randy Pausch

"És un llibre inspirador sobre viure amb propòsit i valorar el que realment importa. M'ajuda a recordar que la nostra feina no és només tenir cura dels pacients, sinó també donar suport humà als equips i famílies. Pausch ensenya lliçons valuoses sobre resiliència i aprofitar cada moment."

Cristina Fernández Muñoz. Supervisora d'Infermeria de consultes externes. Mútua Terrassa (Barcelona)

5 **150 MANDALAS - LIBRO DE COLOREAR PARA ADULTOS**
Creative Mandala

"Millora l'autoestima. Aporta tranquil·litat i relaxació. Incrementa la creativitat. Exercita la motricitat de les articulacions."

Maria del Mar Perez Artigas. IPA de Trasplantament. Hematologia Adults. Vall d'Hebron (Barcelona)

6 COMETAS EN EL CIELO
Khaled Hosseini

"Este libro muestra cómo el amor y la creatividad pueden transformar situaciones dolorosas en oportunidades para entregarse por completo. Muestra cómo llevar con amor y empatía las enfermedades de los seres queridos, cómo convertir el cuidado en un acto de amor y cómo honrar su memoria en el proceso."

Evora Betancor Santana. Metgessa geriatra. Consorci Sanitari Integral CSI L'Hospitalet (Barcelona)

7 LA SONRISA ETRUSCA
José Luis Sampedro

"Perquè és una història preciosa. Es desenvolupa a Itàlia, i un senyor que viu en un entorn rural, es trasllada a Milan a contracor, per a tractar-se d'un càncer. Es tracta d'una història molt bonica, una història valenta, on un pagès de caràcter solitari, es trasllada a viure amb el seu fill, estableix un vincle afectiu sorprenent amb el seu net d'un any, i coneix al seu últim amor de la vida.
Un llibre per a llegir a poc a poc amb frases com: Què importa la meva boca tancada, Quan penses amb ànima et senten!"

Yolanda Torralba García. Infermera. Consultes externes. Hospital Clínic (Barcelona)

8 LA TRENA
Laetitia Colombani

"Recomano aquest llibre perquè parla de la història de 3 dones de diferents parts del món i amb diferents estatus però que acaben entrellaçades sense elles saber-ho. El seu nexe és el cabell, una el perd per estar patint un càncer de mama i ja no explico res més. Cal llegir-lo".

Gloria Adelantado Gil. Administrativa Hospital de Día. Mútua Terrassa (Barcelona)

"És una novel·la que recomanaria per diverses raons. El llibre narra les vides de tres dones de diferents parts del món, cadascuna amb les seves pròpies lluites i somnis. Les seves històries es connecten de manera inesperada, creant una trama rica i emocionant. A més, tracta temes universals com la resiliència, la solidaritat i la lluita per la llibertat i la dignitat, que ressonen amb molts lectors. La novel·la també destaca la força i el coratge de les dones, oferint una perspectiva inspiradora sobre el poder de la determinació i la unitat. Si t'agraden les històries que exploren les connexions humanes i els desafiaments personals és una lectura que segurament gaudiràs."

Ingrid Cardona. Tècnic Laboratori al Banc de Progenitors. Hospital Clínic (Barcelona)

9 SI TE PIERDES MIRA DENTRO
Adelaxd

"Recomiendo este pequeño libro, ya que mediante viñetas sencillas y con mucho sentido del humor, su autora reflexiona acerca de temas complejos como son, la búsqueda de uno mismo, las emociones humanas y lo esencial de la vida. ¡Puede ser un buen acompañante en momentos dónde necesitemos algo ligero pero con sentido!"

Paula Schvartzman. Membre del Programa DOMUM.

10 YOGA PARA ALEJARNOS DEL DOLOR
Mireia Coma-Cros

"El llibre combina la filosofia del ioga amb tècniques pràctiques per gestionar el dolor, útil tant per a principiants com per a practicants avançats. L'autora aborda el dolor no només des d'un punt de vista físic, sinó també emocional i mental, promovent un enfocament integral cap al benestar. Inclou postures i exercicis de respiració específics que ajuden a alleugerir el dolor i millorar la qualitat de vida. Fomenta la connexió entre el cos i la ment, cosa que pot ser transformadora per a aquells que pateixen dolor crònic. Aquesta recomanació està recolzada per l'experiència de les nostres pacients que, practiquen Ioga a la nostra institució, i recomanarien a la resta de pacients la pràctica d'aquesta disciplina per millorar la qualitat de vida del seu dia a dia."

Angela Durán. Atenció a la ciutadania. ICO Hospitalet

11 EL ABUELO QUE SALTÓ POR LA VENTANA Y SE LARGÓ
Jonas Jonasson

"Es un libro muy divertido y muy fácil de leer para los pacientes en proceso oncológico"

Carmen L. Supervisora d'Hematologia. Gregorio Marañón (Madrid)

12 LO QUE ME HUBIERA GUSTADO SABER COMO PACIENTE DE CÁNCER
Helena Huertas Mondéjar

"Guía integral de una oncóloga para pacientes y familiares. Lo ha escrito una oncóloga del Hospital Clínico que también era paciente oncológica. Es muy humano, está muy bien."

María Antonia Cubero. Supervisora d'oncologia. Gregorio Marañón (Madrid)

13 A DOS PAMS DEL CEL
Joan Carles Subirats

"És un llibre molt recomanable a l'hora d'entendre com superar una malaltia oncològica a través de la seva pròpia experiència amb un limfoma."

Santi Grau. Pacient membre del Comité Dinamitzador Granollers /Mataró i President de l'Associació de Pacients de Mieloma Múltiple de Catalunya.

14 EL JARDÍN DE LAS BRUJAS
Carme Casas

"Basado en la historia del Jardín del Capricho, una de las joyas de Madrid. Me encantó. Yo ya conocía el parque, pero, si no lo conoces, el libro gusta igual y será imprescindible el pasear por él."

María Antonia Cubero. Supervisora d'oncologia. Gregorio Marañón (Madrid)

15 LA POESÍA DEL CUIDAR
Jonas Jonasson

"Delicat recull de vuit contes amb escenaris propers al final de vida, que posen en valor la força transformadora que pot generar el tenir cura de l'altre. No us perdeu el conte "El mocador" on parla de dues nenes, la Hafsa i la Laia, que porten mocador per motius ben diferents. La Hafsa, només fa uns dies que l'ha estrenat i recorda com es va emocionar al posar-se'l i la Laia, en canvi, se'l va posar entre plors a l'habitació de l'hospital... Tal com diu Ramon Bayes, la mort forma part de la vida. I com la mateixa vida, també es poesia."

Maite Olivella. Educadora social Hospital d'atenció intermèdia. Consorci Sanitari Pere Virgili (Barcelona)

16 HEX: HISTORIAS EXTRAORDINARIAS
Daniel López Valle

"Lo recomiendo porque muestra como la historia está llena de héroes ocultos, grandes casualidades y finales inesperados. Es un ejemplo de cómo hay acciones y hechos aparentemente irrelevantes pueden marcar el curso de una historia."

Marta Olabarria. Membre del Programa DOMUM.

17 EL PODER CURATIVO DEL HUMOR
Allen Klein

"El humor para mi es un mecanismo de protección que me ayuda a llevar mi día a día. Creo que es una buena lectura."

Ana Farré. Treballadora Social. Consorci Sanitari Integral CSI L'Hospitalet (Barcelona)

18 UNA EDUCACIÓ
Tara Westover

"L'impacte de l'educació, sigui quina sigui la vida que portem es un element clau a la nostra vida, i a vegades ens fa ser molt resilients per superar totes les adversitats. El llibre es autobiogràfic i penso que pot ser font d'inspiració des d'una altra vessant que no té perquè ser la malaltia."

Raquel Cuevas. Servei de Psicologia Hospital de Granollers (Barcelona)

19 VIAJO SOLA
Samuel Bjørk

"És el primer llibre de la sèrie protagonitzada pels investigadors Holger Munch i Mia Krüger. La història comença quan un home troba el cadàver d'una nena penjant d'un arbre, amb una motxilla escolar i un cartell que diu Viatge sola. Aquesta impactant troballa desencadena una investigació complexa. La trama es desenvolupa amb girs inesperats i aprofundeix en la psicologia dels personatges, explorant les seves lluites internes mentre intenten resoldre el cas. La combinació de misteri, tensió i desenvolupament de personatges fa que sigui una lectura captivadora i emocionant. Forma part d'una triologia: Viajo sola, El búho, El niño en la nieve."

Ingrid Cardona. Tècnic de Laboratori al Banc de Progenitors. Hospital Clínic (Barcelona)

20 LA GERMANDAT DE L'ÀNGEL CAIGUT
Jaume Clotet

"Premi Josep Pla 2024.Triller histórico que "enganxa" des de la primera página. Ajuda a sumergir-te en les creuades de l'edat Mitjana. Molt entretingut."

Benito J. Fontecha Gómez. Metge Hospital Atencio Intermèdia - Unitat Cures Pal·liatives. CSI L'HospitaletConsorci Sanitari Integral CSI L'Hospitalet (Barcelona)

21 CONVERSACIONES CON UNA TETA
Lola Galván

"Relat que explica la realitat tal qual és des d'un punt de vista pragmàtica, desenfadat i amb sentit de l'humor."

Maria Vidal. Oncòloga Mèdica. Hospital Clínic (Barcelona)

22 HEARTSTOPPER
Alice Oseman

"Una lectura entretenida y ágil para desconectar y sumergirse en las contradicciones y ternuras de la adolescencia a través del cómic. Heartstopper permite conocer cómo la generación adolescente actual vive esta etapa con una mirada sensible, respetuosa y diversa. La historia aborda temas como las relaciones, la identidad, el amor, la amistad y los retos propios del crecimiento con una gran calidez. Quien lo lea probablemente conectará con muchas experiencias vividas y despertará recuerdos que quizá tenía olvidados. Además, cuenta con una adaptación en formato serie, ideal para explorar la historia desde otra perspectiva audiovisual y emocional."

Pau Gomes. Membre del Programa DOMUM.

23 UN CURS INESPERAT
David Codina - Laia Carrera

"Aquest conte vol presentar la realitat del viatge interior d'una nena davant de la malaltia de la seva mare, amb un doble objectiu: normalitzar la vivència de les etapes viscudes pels infants que transiten per la mateixa situació i facilitar l'acompanyament a aquests mateixos infants per part dels adults que comparteixen el seu dia a dia (família, mestres, monitors, educadores...). El conte consta de la història que la protagonista de 9 anys narra en primera persona. Inclou una Guia d'Acompanyament per als adults que facilita 7 tips per acompanyar el viatge dels infants en aquesta vivència compartida des d'una mirada conscient. És un llibre inclusiu, perquè permet normalitzar una realitat, cada cop més evident, explicant una història sense dramatisme i, per això, pot formar part de la biblioteca de totes les cases, escoles, pobles i ciutats."

Montserrat Roura. Coordinadora Humanització i Voluntariat. Consorci Sanitari Maresme, Hospital de Mataró (Barcelona)

24 NO ME LLAMES VALIENTE Y TRÁEME CROQUETAS
Patrícia Lluch

"Juga amb l'humor quotidià i reflecteix una actitud relaxada i còmica sobre les situacions que ens trobem en la vida diària. L'enfocament humorístic fa que el lector es connecti fàcilment amb el text i es diverteixi mentre reflexiona."

Maria Vidal. Oncòloga Mèdica. Hospital Clínic (Barcelona)

25 EL CARRER ON VIUS
Ana Moya

"Es un libro que he leído hace poco y me ha gustado mucho, porque nos transporta a Lisboa a través de una historia sobre el amor, ¡los sueños y las bandas sonoras de algunas películas que son un clásico!"

Yliana Simancas. Membre del Programa DOMUM

26 SHINRIN-YOKU. SUMERGIRSE EN EL BOSQUE
Annette Lavrijsen

"Shirin-Yoku significa Baño de Bosque. Herramientas fáciles de aplicar para caminar de manera consciente por el bosque como terapia alternativa contra el estrés y otras dolencias."

Beatriz Puig. Membre del Programa DOMUM.

27 ELEGÍ VIVIR
Daniela García

"Es una historia de resiliencia y superación personal. Una mujer que cuenta su historia, donde sufrió un fuerte accidente. Lo bonito de este libro es que gracias a su determinación y apoyo de su entorno, logra sobrevivir y tener un nuevo inicio en su vida, enfrentando todo su proceso de rehabilitación con otra mirada."

Sofía Maulén. Membre del Programa DOMUM.

28 EL MUNDO AMARILLO
Albert Espinosa

"Aquest llibre és un testimoni de vida ple d'esperança, escrit per l'Albert Espinosa, que va conviure amb el càncer durant deu anys de la seva infància i adolescència. Amb un to positiu i inspirador, l'autor comparteix la seva experiència i la seva manera de veure el món, posant èmfasi en la importància de les relacions humanes i la capacitat d'adaptació davant les dificultats. El concepte de "mundos amarillos" ens convida a trobar persones especials en el nostre camí, que ens poden aportar llum i ensenyaments valuosos. És una lectura senzilla però carregada de significat, ideal per a pacients oncològics, familiars i cuidadors que busquen un enfocament més optimista sobre la vida i la malaltia."

Jessica Pastor Calvo. Infermera oncològica a ICAMS. Hospital Clínic.

domum

www.domumprogramme.org