

# Índice

**PRÓLOGO, por Antonia Varela 9**

**INTRODUCCIÓN 13**

**CAPÍTULO 1. ¿Qué es la contaminación lumínica? 17**

**CAPÍTULO 2. Y la noche se hizo día 34**

**CAPÍTULO 3. Vayamos al grano: ¿cómo nos afecta la contaminación lumínica? 57**

**CAPÍTULO 4. Las luciérnagas ya no hacen el amor 69**

**CAPÍTULO 5. Nuestra salud está en peligro 88**

**CAPÍTULO 6. Hablemos de soluciones 102**

**AGRADECIMIENTOS 117**

**BIBLIOGRAFÍA 119**