

ÍNDICE

<i>Prólogo de Chenoa</i>	9
1. ¿Cómo he llegado hasta aquí?	15
2. La salud era lo tercero	33
3. Trabajo de «viejos»	49
4. Todas las familias son Monster	69
5. Preparados, listos..., ¡ya te espero en la meta con una cerveza!	85
6. Este aparato no funciona	99
7. Viajes de viejos	115
8. El vello y la bestia	131
9. Hijos de tal	147
10. Cómo conocí a vuestra madre	161
11. ¡Se me asienten, coño!	179
12. ¡No me toques las pelotas!	193

13.	¿Hay sexo a partir de los cuarenta?	207
14.	¿Lo que necesitas es amor?	221
15.	Estamos juntos en esto	235
16.	Mensaje a mi yo de veinte años	243