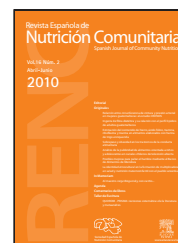


Revista Española de Nutrición Comunitaria

www.elsevier.es/renc



COMENTARIO DE LIBROS



Libro blanco del pan

Autores: Ángel Gil Hernández, Lluís Serra Majem

Año de edición: 2010

ISBN13: 978-84-9835-301-3

Editorial: Editorial Médica Panamericana

Encuadernación: Rústica, 208 p.

Precio: 35,24 euros

El pan es el producto del procesado de cereales con una historia tan antigua como la propia Historia de la Humanidad. A pesar de esto, su consumo está descendiendo de forma muy significativa, debido a la muy extendida idea de que el pan engorda. ¿Qué papel tiene el pan en la alimentación? El núcleo científico de este libro desea responder a esta pregunta. El estudio de su composición y valor nutricional permitirá entender el papel relevante que el pan tiene sobre la salud humana, y en la prevención de enfermedades crónicas. El análisis del valor calórico del pan y su papel en la obesidad arroja resultados paradójicos: a medida que en nuestra sociedad disminuye su consumo aumenta la obesidad, pues se tiende a sustituir su ingesta y la de cereales por otros productos de densidad calórica mucho más elevada. El libro se inicia definiendo qué es el pan, para continuar con un recorrido histórico sobre la importancia del binomio trigo-pan y su influencia en nuestra cultura a lo largo del tiempo, sin olvidar los procesos de producción y cómo estos han ido evolucionando. La obra ha sido realizada por diversos expertos en salud, ciencia y nutrición procedentes de distintas universidades y centros de investiga-

ción españoles, miembros todos ellos del Comité Científico del Pan. Un libro altamente recomendable.

ÍNDICE: Capítulo 1. El pan. Definición, clasificación y normativa. Capítulo 2. Trigo y pan en la vida y la historia del hombre. Capítulo 3. Tecnología del pan. Capítulo 4. Las variedades de pan: panes tradicionales. Capítulo 5. Consumo de pan en el mundo y en España. Capítulo 6. Composición y valor nutricional del pan. Capítulo 7. El papel del pan en la salud humana. Capítulo 8. El pan en las guías alimentarias. La educación nutricional, un instrumento esencial para la formación de hábitos. Capítulo 9. Obesidad y complicaciones metabólicas. Capítulo 10. Importancia del pan en la prevención de enfermedades crónicas. Capítulo 11. El pan como alimento funcional. Capítulo 12. Futuro del pan en la alimentación. Capítulo 13. Cuestiones frecuentes que el consumidor plantea sobre el pan.

J.A. Tur-Marí

Universitat de les Illes Balears, Islas Baleares, España

Mangiare per gli occhi: occhio e nutrizione

Autores: Lucio Buratto

Año de edición: 2010

ISBN13: 978-88-470-1543-2

Editorial: Springer

Encuadernación: Rústica, 240 p.

Precio: 25,00 euros



Una alimentación correcta es importante no sólo para mantener el cuerpo en un estado de salud satisfactoria, sino para proporcionar también al ojo todos los nutrientes que necesita. Para el sujeto *homo sapiens* (pero también lo es para las otras especies animales) el ojo es un órgano de extrema importancia y debe funcionar siempre al más alto rendimiento dentro de sus posibilidades; también será como cualquier otra estructura del organismo, quizá más que cualquier otra, y necesita recibir los nutrientes adecuados en su correcta dosis para desempeñar adecuadamente su función.

ÍNDICE: La prevenzione dietetica: Linee guida, piramide alimentare ed altre raccomandazioni. Cereali, legumi, ortaggi e frutta: gli antiossidanti. Quanti grassi, quali grassi. Le proteine animali e vegetali. I dolci: tentazione non impossibile (nei giusti limiti). Ridurre il sale: una proposta per tutti. Le bevande alcoliche: un problema di dosi. I vantaggi di un'alimentazione variata e ripartita.- L'alimentazione e le malattie oculari: L'occhio può essere danneggiato dai radicali liberi. Come nutrirsi in modo adeguato e considerare gli integratori. Il rapporto tra l'alimentazione e le malattie dell'occhio. Consigli per l'alimentazione quotidiana. Schede di approfondimento sui fattori nutrizionali. Note sugli integratori.- Ricette di buona cucina: Stuzzichini. Risotti. Pasta. Brodi. Carne. Pesce. Vegetali. Ragù. Frutta. Frullati. Dolci. Per una sana ed energetica colazione mattutina e per il break pomeridiano.

The European health report 2009

Autores: OMS

Año de edición: 2009

ISBN13: 978-92-890-1415-1

Editorial: OMS

Encuadernación: Rústica, 187 p.

Precio: 37,07 euros



Invertir en salud y sistemas de salud es especialmente importante en momentos de crisis, tales como la grave crisis económica y la pandemia 2009 de gripe A (H1N1). Para abordar estas cuestiones gobiernos y políticos necesitan de una información actual, precisa, comparable e inteligible. ¿Cuáles son las tendencias en indicadores de salud pública en los últimos cuatro años? ¿Qué factores influyen en la salud y cuáles serán los desafíos para el futuro? ¿Cómo pueden contribuir los sistemas de salud en la mejora de la salud de la población europea? Al abordar estas cuestiones este informe ilustra la amplia gama de reformas que diversos países ya han emprendido, para fortalecer cuatro funciones básicas de los sistemas de salud: actuación de los servicios, generación de recursos, financiación y liderazgo. Este informe presenta aspectos esenciales de información en salud pública que dan elementos a los países para elegir inversiones sólidas en sus sistemas de salud, alentando así la aplicación exitosa y eficaz de los sistemas de salud, sus reformas y políticas, y ayudar a los países a mejorar sus sistemas de salud y a prestar servicios eficientes y centrados en el paciente, con una alta calidad sanitaria. El anexo proporciona algunos de los datos utilizados en el análisis.

ÍNDICE: Contributors. Abbreviations. Technical terms. Country groups. Foreword. Part 1. Introduction. Aims of the report. Structure of the report. References. Part 2. Health in the European Region. Key health status indicators: averages and trends. Life expectancy. Mortality. Burden of disease. Challenges for the future. Factors influencing health. Environment and health. Lifestyle and behaviour. Social determinants of health. Current and future challenges. Changing demographics in the European Region. Mitigating the burden of communicable diseases. Continuing rise of chronic diseases. Rising health care costs. Health systems' role in improving population health. Improving health outcomes. Increasing coverage and financial protection. Reducing inequity in health and access to health care. Contributing to health and societal well-being. References. Part 3. Strengthening health systems. Investing in health systems. Delivering integrated and cost-effective services. Investing in human and capital resources. Reinvigorating primary care in Europe for people-centred services. Putting people first: the meaning of people-centred care. Diversity of primary care in the WHO European Region. Achieving people-centred care in the WHO European Region. Overcoming challenges to people-centred care: European examples. Sustaining performance through health financing policy. Reallocating public funds to health despite tighter fiscal constraints. The European health report 2009. Strategic purchasing of health care: resources allocated to providers linked with performance information or population needs. Conclusion. Exercising stewardship for healthy public policies. Stewardship and health systems. Examples of stewardship for healthy public policies in practice. Health in all policies: instruments and challenges. Conclusion. Assessing health system performance for accountability. Accountability for better health outcomes and health system stewardship. Assessing health system performance in European countries. International trends, key challenges and the way forward. References. Part 4. Annex. Table 1. Population of the WHO European Region, 2007 (or latest available year) and 2020

(projected). Table 2. Basic socioeconomic indicators in the WHO European Region, 2007 or latest available year. Table 3. Improving health outcomes in the WHO European Region. Table 4. Factors influencing health – environment, lifestyle and behaviour –in the WHO European Region, 2007 or latest available year. Table 5. Health system financing, immuniza-

tion and Stop TB Strategy in the WHO European Region. Table 6. Human resources for health in the WHO European Region, 2007 or latest available year. Table 7. Health service delivery in the WHO European Region, 2007 or latest available year. Definitions of the indicators included in the tables.