



## Crítica de libros

## Bases de la alimentación humana

## Human food bases

Víctor M. Rodríguez Rivera\* y Eurne Simón Magro

Departamento de Farmacia y Ciencias de los Alimentos, Facultad de Farmacia, Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea, Vitoria-Gasteiz, Álava, España

## Características:

Año: 2008  
Edición: primera  
N.º de páginas: 561  
Dimensiones: 17 × 24 cm  
ISBN: 978-84-9745-215-1  
Editorial: Netbiblo S.L.

*Bases de la alimentación humana* surgió con la idea de diseñar una obra funcional que incluyera los temas primordiales de la alimentación humana en un único volumen y que resultara útil para estudiantes universitarios y profesionales del campo de la alimentación. Por ello esta obra pretende ser un libro de consulta de fácil uso que responda de forma competente y rápida a las principales cuestiones del mencionado ámbito científico.

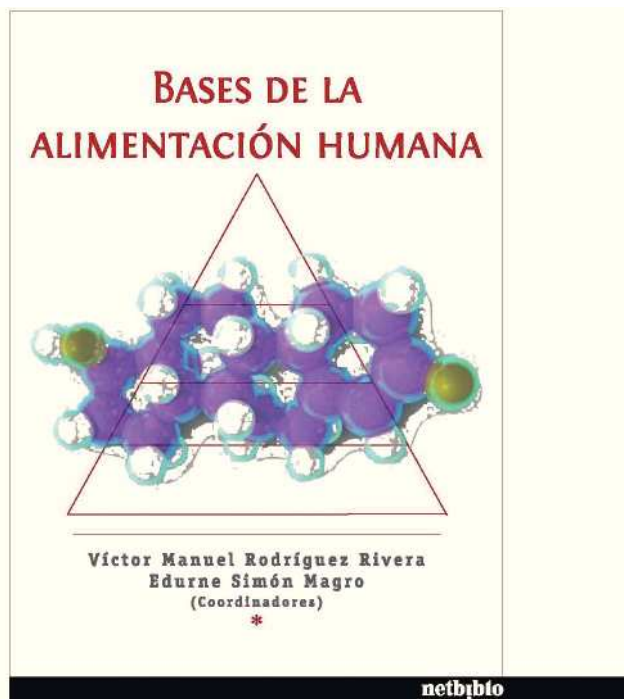
En la elaboración del libro han participado dietistas-nutricionistas, tecnólogos de alimentos, farmacéuticos, médicos, biólogos y veterinarios. Un total de 28 autores entre los que la mayoría son profesores universitarios de la Diplomatura en Nutrición Humana y Dietética, Tecnología de los Alimentos y Farmacia en la Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU), y todos son investigadores y especialistas en el ámbito científico de los temas que desarrollan.

## Estructura y contenidos

La obra recoge los aspectos más relevantes en torno a los alimentos, la nutrición y la dietética, que son tratados en los cuatro apartados principales del libro. El primer apartado está dedicado a los alimentos y los describe desde una perspectiva bioquímica y bromatológica: definición, clasificación, estructura, composición, alteración y valor nutritivo. En definitiva, esta primera parte del libro permite conocer de forma detallada la composición y la estructura general y específica de los alimentos, así como el interés nutricional de cada grupo.

La segunda parte de la obra está dedicada a los nutrientes y otros componentes de los alimentos. Desde la perspectiva descriptiva y el enfoque práctico se definen, clasifican y enmarcan en el campo de los alimentos y la nutrición los componentes nutritivos que ingerimos a través de la dieta. También se dedica un capítulo a los componentes que, sin poseer valor nutricional, aportan destacables características sensoriales a los alimentos.

En la tercera parte del libro, se describen los principales procesos implicados en la utilización y el metabolismo de los nutrientes, qué factores determinan la absorción de los nutrientes y cuáles son las rutas metabólicas más importantes en las que éstos participan. También aborda la regulación neuroendocrina de dos aspectos decisivos para la salud y el correcto estado nutricional: el metabolismo energético y el apetito. Así, esta tercera sección aporta información concisa de cómo y para qué emplea nuestro organismo lo que obtiene a partir de los alimentos.



## INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

## Historia del artículo:

Recibido el 14 de abril de 2009

Aceptado el 22 de mayo de 2009

\* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: bittor.rodriguez@ehu.es (V.M. Rodríguez Rivera).

La cuarta y última parte de la obra se dedica a aspectos de nutrición aplicada o dietética. En un primer apartado se aborda la dietética del adulto sano, sus necesidades nutricionales y las recomendaciones establecidas para cubrirlas. También se reflexiona sobre el comportamiento del ser humano hacia la comida, los hábitos dietéticos y las dietas alternativas. La parte final de este primer apartado se dedica a la metodología empleada para conocer el estado nutricional de los individuos. El segundo apartado de esta cuarta parte profundiza en las necesidades nutricionales y las recomendaciones dietéticas en las etapas de la vida de especial interés nutricional: infancia y adolescencia, embarazo y lactancia y ancianidad. También hay un capítulo dedicado a la alimentación del deportista, situación de excepción fisiológica que requiere un consejo dietético específico. El apartado final describe cuál es el abordaje dietético (dietoterapia) de algunos de los procesos patológicos más comunes de los países desarrollados: obesidad, diabetes, dislipemias e hipertensión. En conclusión, esta cuarta parte facilita el conocimiento de cómo se afronta, desde la base teórica sobre alimentos y nutrición tratados en los apartados precedentes, el diseño de la alimentación de las personas de diferente edad, situación fisiológica o patológica.

La obra engloba, por lo tanto, los aspectos más importantes de la bromatología, la nutrición y la dietética para la comprensión progresiva del interés de los alimentos y su utilización, como nutrientes, para asegurar una alimentación adecuada en cada situación y alcanzar un estado óptimo de salud.

#### **Destinatarios de la obra *Bases de la alimentación humana***

Dada la amplitud de la obra, que abarca aspectos bromatológicos básicos de los alimentos, características generales y especiales de la nutrición humana y condiciones y requisitos de la aplicación de lo anterior en la pauta o la prescripción dietética, son muchos los profesionales del ámbito sanitario que se pueden beneficiar de su contenido.

El colectivo de dietistas-nutricionistas es indudablemente el que con mayor interés puede acoger esta publicación. La formación de estos profesionales abarca casi todos los aspectos trabajados en los diferentes apartados de *Bases de la alimentación humana*. Los dietistas-nutricionistas se encargan de elaborar dietas según la situación fisiológica o patológica de cada colectivo, para lo que precisan de conocimientos tanto de la composición de alimentos como de nutri-

ción básica y aplicada, temas abordados con rigor en la obra. Precisan, por lo tanto, de publicaciones de consulta que, sin ser exhaustivamente específicas, incluyan los aspectos generales más importantes de los temas mencionados. El texto constituye un recurso tanto para los estudiantes de esta disciplina científica como para los que la practican de manera profesional.

Otros colectivos de profesionales sanitarios, como médicos especializados en endocrinología y nutrición y enfermeras, que actualmente ejercen labores relacionadas con la nutrición y la dietética, se beneficiarán ampliamente de la información contenida en *Bases de la alimentación humana*.

Por último, también hay colectivos profesionales ajenos al ámbito sanitario que pueden encontrar práctica esta publicación: los profesionales de la tecnología de los alimentos.

#### **Opinión del experto**

Opinión del Dr. J. Alfredo Martínez Hernández, catedrático de Nutrición y Bromatología de la Universidad de Navarra y presidente de la Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética.

El texto *Bases de la alimentación humana*, elaborado por profesores del Área de Nutrición y Bromatología de la UPV, constituye una obra representativa en el contexto del panorama actual sobre ciencias de la alimentación. Los temas relacionados con los distintos alimentos se han abordado de forma rigurosa por especialistas y representa una buena referencia actualizada.

Los capítulos dedicados a los macronutrientes y micronutrientes están escritos de forma detallada y bien estructurada, así como los que consideran la utilización y el metabolismo de los nutrientes. Esta sección también contiene aspectos sobre la nutrición celular y aspectos de su regularización con énfasis en el control del apetito y el balance energético.

La última parte está destinada a presentar la nutrición y la dietética en las distintas etapas de la vida, así como en situaciones especiales, con capítulos sobre la dieta equilibrada y la dietoterapia en la obesidad, la diabetes, la dislipemia, la hipertensión y la enfermedad renal.

En suma, se trata de un volumen que, con una clara intención didáctica, presenta temas bien estructurados, actuales y de forma práctica para estudiantes y profesores en el campo de la alimentación.