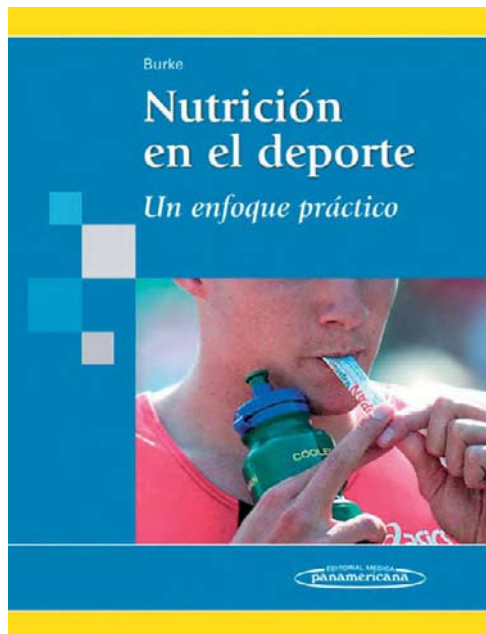


COMENTARIO DE LIBROS



Nutrición en el Deporte (Un enfoque práctico)

Autores: Louise Burke

Año de Edición: 2010

ISBN13: 978-84-9835-195-8

Editorial: Editorial Médica Panamericana

Encuadernación: Rústica. 536 p.

Precio: 68 euros

A medida que los conocimientos y la práctica de la nutrición en el deporte se tornan más y más sofisticados, aumenta el conocimiento sobre las necesidades nutricionales de los distintos deportes. Se exige información especializada respecto de la nutrición para varios deportes o ejercicios; ya no resulta suficiente considerar al deportista en general o aspectos universales como la comida previa a una competencia o el aporte alimentario para la recuperación. Actualmente se sabe que los jugadores de baloncesto, los nadadores, los fondistas, los gimnastas y los fisicoculturistas tienen diferentes requerimientos nutricionales que surgen de la diversidad en las necesidades diarias para el en-

trenamiento, así como de las estrategias específicas para optimizar el rendimiento en una única sesión de ejercicio físico, como es una competición. Esta obra ofrece recomendaciones específicas para cada deporte con consejos aplicables al contexto real de la práctica. Sus aspectos destacados son la revisión pormenorizada de las características fisiológicas, nutricionales y culturales de los deportes más populares y el resumen de las investigaciones sobre la nutrición específica en cada uno de ellos. El enfoque práctico y el resumen de las estrategias e información útiles para alcanzar las metas nutricionales en los distintos deportes. El análisis de la influencia de la cultura y el ambiente de cada deporte en las creencias, los mitos nutricionales y las actitudes frente a los alimentos. Las referencias a las nuevas investigaciones sobre alimentos, dietas y suplementos y los métodos de práctica más modernos utilizados por los mejores deportistas y equipos del mundo.

Índice

Capítulo 1: Nutrición para el entrenamiento y la competición. Objetivos de la nutrición en el entrenamiento. Objetivos de la alimentación durante la competición. Capítulo 2: Factores culturales y de orden práctico. Fundamentos fisiológicos del entrenamiento y la competencia. Factores culturales y problemas que plantea el estilo de vida. Práctica de nutrición deportiva. Capítulo 3: Alimentos y suplementos para deportistas. Fabricación y regulación de alimentos para deportistas. Fabricación y regulación de suplementos para deportistas. Ventajas y desventajas de los suplementos y alimentos para deportistas. Capítulo 4: Ciclismo de carretera y triatlón. Competición. Entrenamiento. Composición corporal y fisiología. Patrones culturales y estilo de vida. Investigación sobre alimentación. Aspectos y problemas nutricionales. Alimentos deportivos y suplementos. Capítulo 5: Carrera de media y larga distancia. Competición. Entrenamiento. Composición física y fisiología. Estilo de vida y patrones culturales. Investigación nutricional. Aspectos nutricionales y retos. Alimentación y suplementos deportivos. Capítulo 6: Natación y remo. Competición. Entrenamiento. Estado físico y fisiología. Estilo de vida y cultura. Encuestas dietarias. Problemas y desafíos nutricionales. Alimentos y suplementos para deportistas. Capítulo 7: Carreras de velocidad y salto. Competición. Entrenamiento. Físico y fisiología. Estilo de vida y cultura. Encuestas nutricionales. Problemas nutricionales. Alimentos y suple-

mentos para deportistas. Capítulo 8: Deportes de equipo de campo. Competición. Entrenamiento. Contextura física y fisiología. Estilo de vida y cultura. Encuestas de alimentación. Aspectos nutricionales. Alimentos y complementos deportivos. Capítulo 9: Deportes de equipo de pista y de interior. Competición. Entrenamiento. Estado físico y fisiología. Estilo de vida y cultura. Estudios dietarios. Problemas nutricionales. Alimentos y suplementos para deportistas. Capítulo 10: Deportes de raqueta. Competición. Entrenamiento. Contextura física y fisiología. Estilo de vida y cultura. Encuestas de alimentación. Problemas nutricionales. Alimentos y suplementos para deportistas. Capítulo 11: Deportes de fuerza y potencia. Competición. Entrenamiento. Contextura física y fisiología. Estilo de vida y cultura. Encuestas de alimentación. Problemas nutricionales. Alimentos y suplementos para deportistas. Capítulo 12: Deportes con categoría de peso. Características especiales. Rendimiento y salud. Estrategias de recuperación después del pesaje. Estrategias más seguras para dar el peso. Capítulo 13: Gimnasia. Competición. Entrenamiento. Contextura física y fisiología. Estilo de vida y patrones culturales. Investigaciones nutricionales. Problemas nutricionales. Alimentos y suplementos deportivos. Capítulo 14: Deportes de invierno. Esquí nórdico. Esquí alpino. Esquí acrobático o de estilo libre. *Showboard*. Patinaje de velocidad.

J. A. Tur Marí

Universitat de les Illes Balears, Palma, Islas Baleares, España

Williams' basic nutrition and diet therapy (13.ª Edición)

Autores: Staci Nix

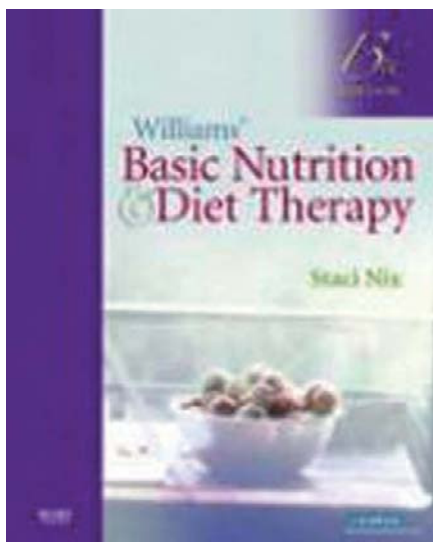
Año de Edición: 2009

ISBN13: 978-0-323-05199-6

Editorial: Mosby

Encuadernación: Rústica. 554 págs.

Precio: 48,53 euros



La última edición del libro sigue siendo un manual práctico en la nutrición básica y clínica. Cada capítulo comienza con la descripción de los conceptos claves y una breve descripción del tema a tratar. Se incluyen definiciones y un glosario al final de cada capítulo, incluyendo el estudio de casos, aplicaciones clínicas y guías de terapia dietética, presentadas en forma de ayuda práctica para el lector. Se recogen las últimas actualizaciones en nutrición y se perfilan los fundamentos básicos en un formato claro, conciso y comprensible. Se adjunta un apéndice con la información nutricional de una lista extensa de alimentos, así como un apéndice que presenta el modelo cultural dietético de grupos diferentes étnicos, proporcionando información para mejorar el trabajo con poblaciones específicas. Esta edición incorpora el CD-ROM de Análisis de Nutrición NutriTrac.

Índice

Part 1: Introduction to Basic Principles of Nutrition Science. 1. Food, Nutrition, and Health. 2. Carbohydrates. 3. Fats. 4. Proteins. 5. Digestion, Absorption, and Metabolism. 6. Energy Balance. 7. Vitamins. 8. Minerals. 9. Water Balance. Part 2: Nutrition Throughout the Life Cycle. 10. Nutrition during Pregnancy and Lactation. 11. Nutrition in Infancy, Childhood, and Adolescence. 12. Nutrition for Adults: the Early, Middle, and Later Years. Part 3: Community Nutrition and Health Care. 13. Community Food Supply and Health. 14. Food Habits and Cultural Patterns. 15. Weight Management. 16. Nutrition and Physical Fitness. Part 4: Clinical Nutrition. 17. Nutrition Care. 18. Gastrointestinal and Accessory Organ Problems. 19. Coronary Heart Disease and Hypertension. 20. Diabetes Mellitus. 21. Renal Disease. 22. Surgery and Nutritional Support. 23. Nutrition Support in Cancer and AIDS. Appendixes: A. Cholesterol Content of Food. B. Dietary Fiber in Selected Plant Foods. C. Sodium and Potassium Content of Foods, 100 g, Edible Portion. D. Salt-Free Seasoning Guide. E. Choose Your Foods: Exchange Lists for Diabetes. F. Eating Well with Canada's Food Guide. G. Calculation Aids and Conversion Tables. H. Cultural Dietary Patterns and Religious Dietary Practices. Answers to Chapter Challenge Questions. Glossary.

Biotechnology in functional foods and nutraceuticals

Autores: Debasis Bagchi, Francis C. Lau, Dilip K. Ghosh

Año de Edición: 2010

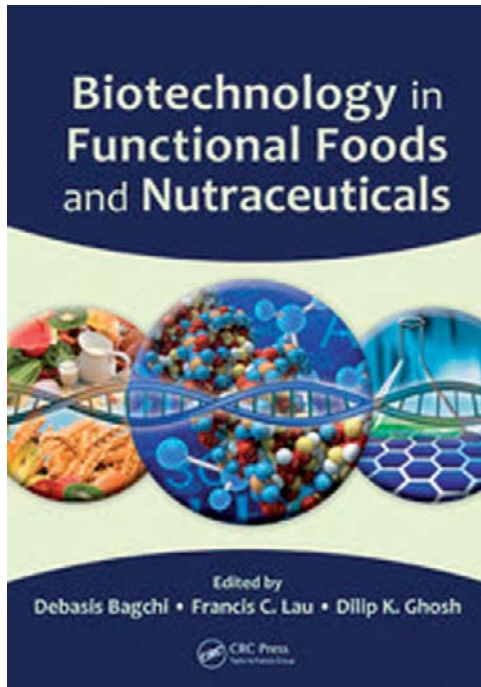
ISBN13: 978-1-4200-8711-6

Editorial: CRC Press

Encuadernación: Cartoné. 584 págs.

Precio: 115,28 euros

Este es el primer libro dedicado ampliamente a tratar un tema nutricional en el campo de las tecnologías emergentes, como es la biotecnología aplicada a alimentos funcionales y nutracéuticos. El libro comienza con una descripción de los avances recientes en la biotecnología y sus contribuciones a la ciencia de los alimentos. Se examina entonces el



impacto de la modificación genética sobre los alimentos funcionales y explora varios aspectos de la tecnología de la fabricación de alimentos. También se trata la garantía de calidad y la seguridad alimentaria, así como se evalúan los aspectos legales, sociales y de regulación de la biotecnología de alimentos. El libro apunta las futuras direcciones de desarrollo de la biotecnología de los alimentos funcionales y nutraceuticos.

Índice

Biotechnology for the enhancement of functional foods and nutraceuticals. Advances in Biotechnology for the Production of Functional Foods. Functional Foods and Biotechnology in Japan. Basic and Clinical Studies on Active Hexose Correlated Compound. Biotechnology and Breeding for Enhancing the Nutritional Value of Berry Fruit. Improving the Bioavailability of Polyphenols. The Function of the Next Ge-

neration Polyphenol, "Oligonol". Application of Biotechnology in the Development of a Healthy Oil Capable of Suppressing Fat Accumulation in the Body. Effects of Nutraceutical Antioxidants on Age-Related Hearing Loss.

The impact of genetic modification on functional foods. Increased Production of Nutriment by Genetically Engineered Bacteria. Recent Advances in the Development of Transgenic Pulse Crops. The Improvement and Enhancement of Phyto-Ingredients Using New Technology of Genetic Recombination. Metabolic Engineering of Bioactive Phenylpropanoids in Crops. The Use of Biotechnology to Reduce the Dependency of Crop Plants on Fertilizers, Pesticides, and Other Agrochemicals. Animal Biotechnology: Applications and Potential Risks. Application of Micro-RNA in Regenerative Nutraceuticals and Functional Foods. Microbial Production of Organic Acids and its Improvement by Genome Shuffling.

New frontier in food manufacturing process. Microalgal Biotechnology in the Production of Nutraceuticals. The Innovation of Technology for Microalgae Cultivation and its Application for Functional Foods and the Nutraceutical Industry. Production of Nattokinase as a Fibrinolytic Enzyme by an Ingenious Fermentation Technology: Safety and Efficacy Studies. Synthesis of Antihypertensive GABA-Enriched Dairy Products Using Lactic Acid Bacteria. Production of High-Quality Probiotics Using Novel Fermentation and Stabilization Technologies. Tracking the Careers of Grape and Wine Polymers Using Biotechnology and Systems Biology. The Impact of Supercritical Extraction and Fractionation Technology on the Functional Food and Nutraceutical Industry. The Application of Nanotechnology to Functional Foods and Nutraceuticals to Enhance Their Bioactivities.

Quality assurance and safety: design and implementation: Enhancing the Nutritional Quality of Fruit Juices: Advanced Technologies for Juice Extraction and Pasteurization. Probiotics: Health Benefits, Efficacy, and Safety. Use of High Pressure Technology to Inactivate Bacterial Spores in Foods.

Legal, social, and regulatory aspects of food biotechnology: Regulations of Biotechnology: Generally Recognized as Safe (GRAS) and Health Claims. Global Food Biotechnology Regulations and Urgency for Harmonization.

Future of biotechnology: Future Strategies for the Development of Biotechnology-Enhanced Functional Foods and Their Contribution to Human Nutrition.