

Nutrición Básica Humana
Francisco Torrens*¹ y Gloria Castellano²

¹ Institut Universitari de Ciència Molecular, Universitat de València, Edifici d'Instituts de Paterna, P. O. Box 22085, E-46071 València, Spain

² Instituto Universitario de Medio Ambiente y Ciencias Marinas, Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir, Guillem de Castro-94, E-46003 València, Spain

Un adecuado tratamiento y posterior seguimiento, requiere de una valoración clínica-nutricional y unas pautas dietéticas individualizadas elaboradas por profesionales de la salud. Consulta a tu nutricionista-dietista. I Semana de la Nutrición, 2007.

El término *medicina* agrupa un conjunto de saberes, métodos, técnicas y actividades relacionadas tanto con la salud y su promoción, como con la enfermedad y su curación y prevención [1]. La salud es el resultado de factores genéticos, ambientales y personales [2,3]. Los diez riesgos que más perjudican a la salud, según la Organización Mundial de la Salud son: 1) las prácticas sexuales sin protección, 2) la hipertensión, 3) el tabaco, 4) el alcohol, 5) las deficiencias en agua y los saneamientos, 6) el colesterol elevado, 7) los humos de combustibles sólidos en ambientes interiores, 8) la deficiencia de hierro, 9) la obesidad y 10) el sobrepeso. Seis de los diez factores están directamente relacionados con la alimentación. La Figura 1 muestra la pirámide de la alimentación saludable [4].



Figura 1. Pirámide de la alimentación saludable.

Así como la botánica es una herramienta ineludible para la identificación de una droga, el análisis fisicoquímico ha de proporcionar todo lo que hace falta para saber si una droga contiene una determinada sustancia activa, en qué cantidad la contiene, o si contiene otra extraña que indique adulteración [5].

Después de un máster (cf. Figura 2) [6] las perspectivas de futuro siguen. (1) Problemas nutricionales prevalentes. (2) Enfermedades crónicas. (3) Enfermedades transmitidas por los alimentos y por el agua: infecciosas y no infecciosas. (4) Educación nutricional. Los comedores. (5) Internet y nutrición. Fuentes bibliográficas. (6) Diseño de estudio poblacional en nutrición. Epidemiología nutricional. Investigación en nutrición. (7) Introducción a la gestión en nutrición. (8) Nutrición y evolución (cf. Figura 3) [7]. (9) Estado de salud y hábitos dietéticos de la población española.



Figura 2. *YO QUIERO UN ZUMO MAMAAAAAA*, opinión de BESUCONA sobre una naranjada.

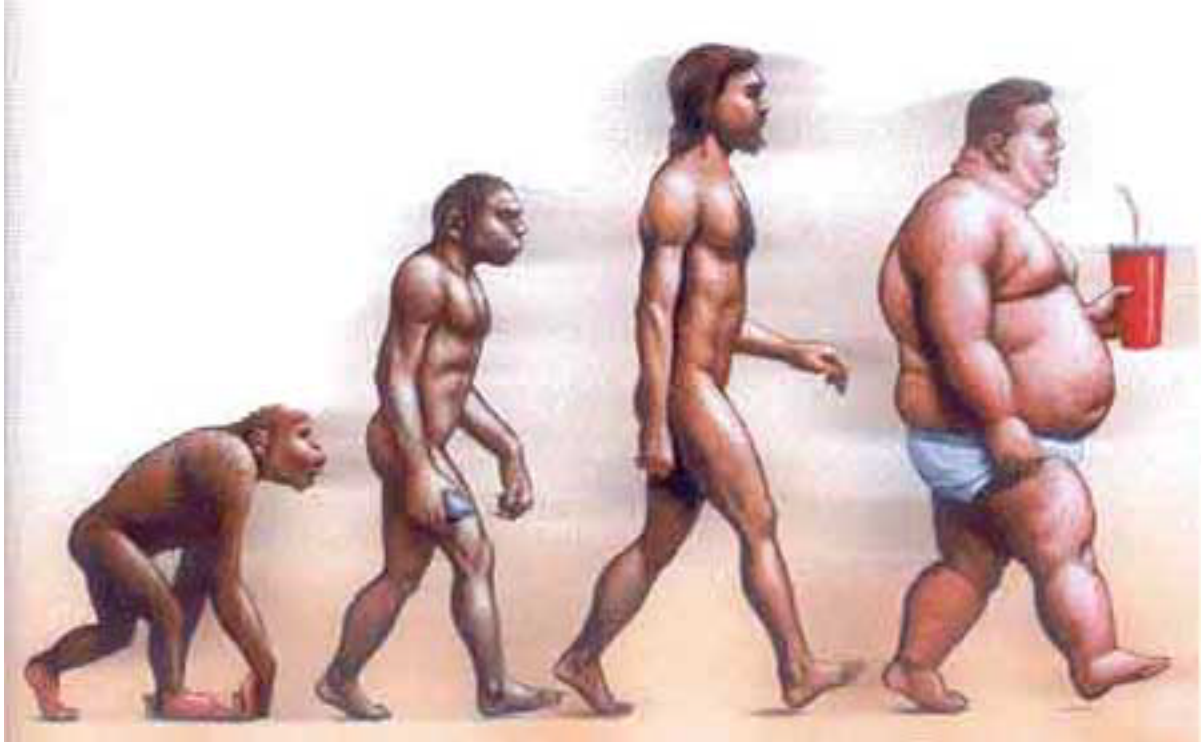


Figura 3. J. E. Campillo Álvarez, *El Mono Obeso*, Crítica, Barcelona, 2004.

Agradecimientos

Gracias a MEC (Proyectos Nos. CTQ2004-07768-C02-01/BQU y CCT005-07-00365) y EU (Programa FEDER).

Referencias

1. J. L. Fresquet Febrer y C. P. Aguirre Marco, *Salut, Malaltia i Cultura*, Materials No. 88, Universitat de València, València, 2006.
2. *Nutrición Básica Humana*, Ed., J. M. Soriano del Castillo, Materials No. 91, Universitat de València, València, 2006.
3. J. Peretó, R., Sendra, M. Pamblanco y C. Bañó, *Fonaments de Bioquímica*, Materials No. 15, Universitat de València, València, 2005.
4. M. D. Moltó y Ll. Pascual, *Però, Què És Aixó de la Genètica?*, Materials No. 32, Universitat de València, València, 1999.
5. S. Máñez y R. M. Giner, *Farmacognòsias: De la Natura al Medicament*, Materials No. 84, Universitat de València, València, 2005.
6. *Máster en Nutrición Clínica en la Infancia y Adolescencia*, Universitat de València, València, 2006-2008.
7. J. E. Campillo Álvarez, *El Mono Obeso: La Evolución Humana y las Enfermedades de la Opulencia: Diabetes, Hipertensión, Arteriosclerosis*, Crítica, Barcelona, 2004.