

<b>Autores</b> .....	V
<b>Prólogo</b> .....	XI
<b>Prefacio</b> .....	XVII
<b>Abreviaturas</b> .....	XIX

## SECCIÓN I: NUTRICIÓN GENERAL

<b>Capítulo 1.</b> Ingestas recomendadas de energía y nutrientes .....	3
<i>Beatriz Navia Lombán y Rosa M. Ortega Anta</i>	
<b>Capítulo 2.</b> Guías en alimentación: consumo aconsejado de alimentos.....	27
<i>Aránzazu Aparicio Vizuete, Rosa M. Ortega Anta y Ana M. Requejo Marcos</i>	
<b>Capítulo 3.</b> Nutrición en el primer año de vida .....	43
<i>Ana Isabel Jiménez Ortega</i>	
<b>Capítulo 4.</b> Nutrición en la infancia .....	56
<i>Ana M. Requejo Marcos, Ana Isabel Jiménez Ortega y Rosa M. Ortega Anta</i>	
<b>Capítulo 5.</b> Nutrición del adolescente y del joven .....	68
<i>Ana M. López-Sobaler y Pilar Varela Gallego</i>	
<b>Capítulo 6.</b> Nutrición del deportista .....	78
<i>Rosa M. Ortega Anta</i>	
<b>Capítulo 7.</b> Nutrición de la mujer en edad fértil .....	89
<i>M. Elena Quintas Herrero y Ana M. Requejo Marcos</i>	
<b>Capítulo 8.</b> Nutrición en gestación y lactancia .....	96
<i>M. Elena Quintas Herrero</i>	
<b>Capítulo 9.</b> Nutrición en menopausia.....	115
<i>Addí R. Navarro Cruz y José Miguel Perea Sánchez</i>	
<b>Capítulo 10.</b> Nutrición del paciente de edad avanzada .....	123
<i>José Miguel Perea Sánchez y Beatriz Navia Lombán</i>	

## SECCIÓN II: VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

<b>Capítulo 11.</b>	Estudio dietético .....	137
	<i>Rosa M. Ortega Anta y Francisca I. Povea Pérez</i>	
<b>Capítulo 12.</b>	Estudio antropométrico .....	153
	<i>Ana M. López-Sobaler y M. Elena Quintas Herrero</i>	
<b>Capítulo 13.</b>	Estudio hematológico.....	164
	<i>Rosa M. Ortega Anta y M. Elena Quintas Herrero</i>	
<b>Capítulo 14.</b>	Estudio bioquímico .....	173
	<i>M. Elena Quintas Herrero y Pedro Andrés Carvajales</i>	
<b>Capítulo 15.</b>	Estudio inmunológico .....	190
	<i>Pilar Varela Gallego</i>	

## SECCIÓN III: NUTRICIÓN CLÍNICA

<b>Capítulo 16.</b>	Introducción a la nutrición clínica .....	199
	<i>Rosa M. Ortega Anta y Ana M. Requejo Marcos</i>	
<b>Capítulo 17.</b>	Nutrición y enfermedades del aparato digestivo .....	211
	<i>Alfonso Encinas Sotillos y Ana Isabel Jiménez Ortega</i>	
<b>Capítulo 18.</b>	Hepatopatías .....	225
	<i>Alfonso Encinas Sotillos y Lourdes Pérez-Olleros Conde</i>	
<b>Capítulo 19.</b>	Colelitiasis .....	236
	<i>Ana Isabel Jiménez Ortega y Alfonso Encinas Sotillos</i>	
<b>Capítulo 20.</b>	Fibrosis quística .....	245
	<i>Liliana G. González Rodríguez</i>	
<b>Capítulo 21.</b>	Dieta y control de peso corporal .....	254
	<i>Beatriz Navia Lombán y José Miguel Perea Sánchez</i>	
<b>Capítulo 22.</b>	Enfermedad renal.....	266
	<i>Óscar Asensio Moreira</i>	
<b>Capítulo 23.</b>	Diabetes mellitus.....	285
	<i>Baltasar Ruiz-Roso Calvo de Mora</i>	
<b>Capítulo 24.</b>	Disfunción tiroidea .....	298
	<i>Aránzazu Aparicio Vizquete</i>	
<b>Capítulo 25.</b>	Trastornos del metabolismo.....	309
	<i>Ana M. Requejo Marcos y Marta Faci Vega</i>	

<b>Capítulo 26.</b>	Osteoporosis.....	325
	<i>M. Elena Quintas Herrero</i>	
<b>Capítulo 27.</b>	Caries dental.....	336
	<i>Rosa M. Ortega Anta y M. Carmen Mena Valverde</i>	
<b>Capítulo 28.</b>	Enfermedad periodontal.....	350
	<i>Rosa M. Ortega Anta y M. Carmen Lozano Estevan</i>	
<b>Capítulo 29.</b>	Anemias nutricionales.....	357
	<i>M. Elena Quintas Herrero y Ana M. Requejo Marcos</i>	
<b>Capítulo 30.</b>	Enfermedades cardiovasculares.....	366
	<i>Beatriz Navia Lombán y José Miguel Perea Sánchez</i>	
<b>Capítulo 31.</b>	Hipertensión arterial.....	375
	<i>José Miguel Perea Sánchez y Aránzazu Aparicio Vizuet</i>	
<b>Capítulo 32.</b>	Enfermedades dérmicas.....	382
	<i>Ana M. López-Sobaler</i>	
<b>Capítulo 33.</b>	Fertilidad.....	391
	<i>Rosa M. Ortega Anta y Rosa M. Martínez García</i>	
<b>Capítulo 34.</b>	Infecciones, inmunodeficiencias y sida.....	401
	<i>Pilar Varela Gallego</i>	
<b>Capítulo 35.</b>	Pautas nutricionales en la prevención del cáncer.....	410
	<i>Ovidio Hernando Requejo</i>	
<b>Capítulo 36.</b>	Nutrición del paciente con cáncer.....	418
	<i>Luis Aznar García</i>	
<b>Capítulo 37.</b>	Enfermedades reumáticas.....	432
	<i>M. Rosario Redondo Sobrado y Bricia López Plaza</i>	
<b>Capítulo 38.</b>	Nutrición y enfermedades neurológicas.....	452
	<i>Virgilio Hernando Requejo</i>	
<b>Capítulo 39.</b>	Anorexia nerviosa y bulimia nerviosa.....	467
	<i>Pilar Varela Gallego y Ana Isabel Jiménez Ortega</i>	
<b>Capítulo 40.</b>	Insomnio.....	474
	<i>Rosa M. Ortega Anta y Alfonso Encinas Sotillos</i>	
<b>Capítulo 41.</b>	Asma bronquial.....	481
	<i>M. Rosario Redondo Sobrado y Elena Rodríguez-Rodríguez</i>	
<b>Capítulo 42.</b>	Insuficiencia respiratoria.....	494
	<i>M. Rosario Redondo Sobrado y Liliana G. González Rodríguez</i>	

<b>Capítulo 43.</b> Enfermedad pulmonar obstructiva crónica .....	504
<i>Luis Cea-Calvo</i>	
<b>Capítulo 44.</b> Cataratas .....	514
<i>Rosa M. Ortega Anta y M. Elena Quintas Herrero</i>	
<b>Capítulo 45.</b> Interacciones nutrientes-fármacos .....	524
<i>Ana M. López-Sobaler y Ana M. Requejo Marcos</i>	
<b>Capítulo 46.</b> Nutrición del alcohólico y exalcohólico .....	542
<i>M. Rosario Redondo Sobrado y Aránzazu Aparicio Vizuete</i>	
<b>Capítulo 47.</b> Nutrición del fumador .....	554
<i>Rosa M. Ortega Anta</i>	
<b>Índice analítico</b> .....	567

## **MATERIAL COMPLEMENTARIO DEL SITIO WEB**

### **ANEXOS**

- I.** Alimentos con mayor contenido en cada uno de los nutrientes  
*Ana M. López-Sobaler*
- II.** Otros datos sobre composición de alimentos  
*Rosa M. Ortega Anta*
- III.** Capacidad antioxidante, índice glucémico y carga glucémica de diversos alimentos  
*Aránzazu Aparicio Vizuete*
- IV.** Cálculo del gasto energético de una persona  
*Beatriz Navia Lombán*
- V.** Alimentos permitidos y a evitar en pacientes con enfermedad celíaca  
*Ana Isabel Jiménez Ortega*
- VI.** Ejemplos de menús hipocalóricos, para un día, que aportan las cantidades adecuadas de nutrientes  
*Beatriz Navia Lombán*
- VII.** Manipulaciones dietéticas encaminadas a modificar el equilibrio ácido-básico  
*Rosa M. Ortega Anta*
- VIII.** Pautas en la elaboración de dietas para diabéticos  
*Aránzazu Aparicio Vizuete, Ana M. Requejo Marcos y Marta Faci Vega*

- IX. Elaboración de dietas para personas vegetarianas estrictas  
*Jorge Baranda Matamoros y Ana M. López-Sobaler*
- X. Necesidades de líquidos y pautas para una correcta hidratación  
*Rosa M. Ortega Anta*
- XI. Modelos de cuestionarios para realización de estudios dietéticos en la valoración del estado nutricional  
*Rosa M. Ortega Anta, Ana M. Requejo Marcos y Ana M. López-Sobaler*
- XII. Tablas de peso de raciones estándar, de unidades de alimentos, y otras unidades caseras  
*Aránzazu Aparicio Vizueté y José Miguel Perea Sánchez*
- XIII. Cálculo del perfil calórico, perfil lipídico y densidad en nutrientes de las dietas  
*Beatriz Navia Lombán*
- XIV. Datos antropométricos de referencia  
*Ana M. López-Sobaler y Rosa M. Ortega Anta*
- XV. Valores de referencia para los parámetros hematológicos y bioquímicos indicadores de estado nutricional  
*Pedro Andrés Carvajales y Francisca I. Povea Pérez*

## DIETAS TERAPÉUTICAS

- 1. Dietas terapéuticas para problemas digestivos  
*Aránzazu Aparicio Vizueté, José Miguel Perea Sánchez, M. Carmen Mena Valverde, M. Carmen Lozano Estevan y Laura M. Bermejo López*
- 2. Dietas con restricción proteica  
*Aránzazu Aparicio Vizueté y M. Carmen Mena Valverde*
- 3. Dietas terapéuticas para enfermedades metabólicas  
*Aránzazu Aparicio Vizueté, M. Carmen Mena Valverde, Beatriz Navia Lombán, José Miguel Perea Sánchez, Laura M. Bermejo López y Marta Faci Vega*
- 4. Dietas de preparación para exploraciones  
*M. Carmen Mena Valverde y Aránzazu Aparicio Vizueté*

## RECOMENDACIONES DIETÉTICAS ESPECÍFICAS

Lista de recomendaciones dietéticas específicas  
*Pilar Saavedra Vallejo, Francisco J. Arrieta Blanco, Juan M. Ubiera Martínez, Olivia Oriá de Rueda Salguero y Amaya Bélanger-Quintana*