



DOCUMENTACIÓN

Libros

(En esta sección publicaremos una reseña de las obras que recibamos un ejemplar para nuestra Biblioteca)

Lipids: Nutrition and Health.– Claude Leray.– CRC Press. Taylor and Francis Group. Boca Raton, FL, USA, 2015.– XIII +308 páginas.– ISBN 978-1-4822-4231-7.

Los lípidos son un grupo amplio y diverso de compuestos con unas propiedades muy importantes que exceden con mucho el papel de moléculas energéticas que aún se les otorga en algunos campos. Hoy en día constituyen un campo de investigación muy activo y son muy numerosos los estudios que demuestran su importancia en nutrición y salud. Este libro hace un especial esfuerzo por recopilar y organizar toda la información existente, teniendo además, como valor añadido, una unidad que es característica de aquellos volúmenes que han sido escritos por un único autor como es el caso que nos ocupa. El libro se ha organizado en cuatro amplios capítulos en donde la información se distribuye en secciones de una manera bastante ordenada. También se incluyen numerosos recuadros que resumen los principales conceptos descritos.

El libro comienza con un capítulo introductorio titulado “Introducción. Historia, y Evolución” (7 páginas, 8 referencias). En él se hace un recorrido por la historia del estudio de los lípidos comenzando por los primeros trabajos de Chevreul. A modo de curiosidad se incluyen fotos de los primeros investigadores de los lípidos. El segundo capítulo se titula “Naturaleza y Procedencia de los Principales Lípidos” (44 páginas, 15 referencias). En él se describen primero los distintos tipos de ácidos grasos, incluidos los ácidos grasos *trans* y los conjugados; y a continuación se estudian los triglicéridos indicando su distribución en los principales aceites y grasas conocidas. También se describen los fosfolípidos, glicolípidos, colesterol y fitoesteroles, vitaminas liposolubles y sustitutos de los lípidos. El capítulo contiene numerosas fórmulas químicas y tablas que ayudan en su lectura y estudio. Bajo el título “Lípidos y Nutrición Humana” (108 páginas, 111 referencias), el tercer capítulo comienza con una breve introducción donde hace un poco de historia y, a continuación, se describen la ingesta de lípidos y requerimientos energéticos recomendados. Este capítulo también describe los requerimientos metabólicos y de la dieta de los principales grupos de los lípidos: triglicéridos, ácidos grasos *trans* y conjugados, colesterol y fitoesteroles, vitaminas liposolubles, fosfolípidos, y glicolípidos. Por último, el cuarto capítulo, titulado “Lípidos y Salud” (142 páginas, 179 referencias), comienza con una breve introducción sobre la importancia del consumo de lípidos para posteriormente describir de una manera detallada el papel que sobre la salud tienen los distintos grupos de lípidos: ácidos grasos, esteroides, vitaminas liposolubles, fosfolípidos, esfingolípidos y los sustitutos de los lípidos. Finalmente, el libro concluye con una lista de las abreviaturas usadas en el texto.

En resumen, un libro muy interesante que da una visión exhaustiva y actualizada de la importancia que tiene el estudio de los lípidos y de las múltiples implicaciones que tienen en nuestra salud. Es un libro que resultará de interés para todos aquellos que trabajan con lípidos o para aquellos que quieran adentrarse en el apasionante mundo de su estudio.

R. Zamora