

El mono obeso: La evolución humana y las enfermedades de la opulencia: obesidad, diabetes, ...

EL MONO OBESO

La evolución humana y las enfermedades de la opulencia: obesidad, diabetes, hipertensión, dislipemia y aterosclerosis

JOSÉ ENRIQUE
CAMPILLO ÁLVAREZ



DRAKONTOS
BOLSILLO

Fecha de publicación: 24 febrero, 2012

Editor: Editorial Crítica

Autor: José Enrique Campillo Álvarez

Longitud de impresión: 194

Idioma: Español

PDF

¿Por qué hay tantas personas obesas? ¿Cuál es la razón de que resulte tan difícil perder el exceso de peso? ¿A qué obedece esta epidemia de diabetes que en el año 2020 afectará a más de 300 millones de personas? ¿Cómo es posible que la hipertensión y el exceso de colesterol nos aflijan a tantos? En las sociedades desarrolladas, y en algunos países emergentes, éstas y otras enfermedades de la opulencia, como las cardiovasculares, afectan a gran parte de la población mayor de 40 años y, en los últimos años, están amenazando a nuestros hijos.

El mono obeso es un libro de lectura urgente, porque nos encamina hacia la comprensión y,

por lo tanto, hacia la prevención de estos problemas acuciantes. En él profesor Campillo analiza el papel que juegan nuestros genes en el desarrollo de las enfermedades de la opulencia y nos explica que muchas de estas dolencias proceden de la incompatibilidad entre el diseño evolutivo de nuestro organismo y el uso inadecuado que de él hacemos.

El lector transitará por un escenario fascinante: el de los últimos diez millones de años de la evolución humana. El conocimiento de nuestra evolución es esencial para comprender los cambios ocurridos en la alimentación de nuestros antepasados y las adaptaciones metabólicas que tuvieron que superar. Se ha dicho que somos hijos del hambre, ya que nuestra especie tuvo que adaptarse a cientos de miles de años de penuria alimentaria. La evolución fue posible gracias a la acumulación de una serie de mutaciones ventajosas que en conjunto se denominan el genotipo ahorrador. Estos genes, hoy en una época de abundancia permanente, pueden ser responsables de la obesidad y de las enfermedades de la opulencia
¿Cuántos de estos genes ahorradores ha heredado usted?

Lo que pretende El mono obeso es ayudarnos a encontrar el camino para hacer las paces con nuestro diseño y a conseguir que los genes de la era prehistórica y nuestras formas de vida actual estén en armonía para poder gozar de una vida más saludable y, posiblemente, más larga y feliz.

<http://yep.pm/Ce3TBDDi5/ey8IM9sM1.pdf.rar>