

# ÍNDICE

<b>I.</b>	<b>ALIMENTOS: VALOR NUTRITIVO</b> <i>M.C. CID</i> .....	<b>1</b>
	Introducción .....	1
	Breve estudio de los componentes de los alimentos .....	2
	<i>Agua</i> .....	2
	<i>Hidratos de carbono</i> .....	3
	<i>Proteínas</i> .....	6
	<i>Lípidos</i> .....	7
	<i>Micronutrientes</i> .....	10
	Clasificación de los alimentos .....	13
	<i>Alimentos plásticos</i> .....	14
	<i>Alimentos energéticos</i> .....	23
	<i>Alimentos reguladores</i> .....	28
	<i>Alimentos complementarios</i> .....	33
	Bibliografía .....	34
<b>II.</b>	<b>ALIMENTOS CON BENEFICIOS SALUDABLES</b> <i>J. BELLO</i> .....	<b>35</b>
	Propiedades de los alimentos vinculadas a su empleo .....	35
	<i>Propiedades nutricionales</i> .....	35
	<i>Propiedades funcionales</i> .....	35
	Desarrollo histórico del concepto de alimento saludable.....	37
	Clasificación de los alimentos atendiendo a su relación con la salud .....	43
	<i>Alimentos seguros</i> .....	44
	<i>Alimentos coadyuvantes</i> .....	45
	<i>Alimentos preventivos</i> .....	45
	<i>Alimentos médicos</i> .....	46
	Alimentos saludables comercializados .....	46
	<i>Alimentos aligerados o "light"</i> .....	47
	<i>Suplementos alimenticios</i> .....	48
	<i>Alimentos preventivos</i> .....	50
	<i>Alimentos médicos</i> .....	54
	Futuro de los alimentos saludables .....	57
	Bibliografía .....	58
<b>III.</b>	<b>ALIMENTOS PROBIÓTICOS, PREBIÓTICOS Y SIMBIÓTICOS</b> <i>A. MARTÍ, M. J. MORENO, J. A. MARTÍNEZ</i> .....	<b>61</b>
	Introducción .....	61
	Productos lácteos funcionales .....	61
	Probióticos .....	63
	Prebióticos .....	66

Microbiología del TGI.....	67
Productos probióticos.....	68
<i>Yogur</i> .....	70
<i>Kéfir</i> .....	73
Productos prebióticos.....	75
Bibliografía.....	76

#### **IV. ALIMENTOS PRODUCIDOS MEDIANTE PRÁCTICAS ECOLÓGICAS Y BIOTECNOLÓGICAS**

<i>I. ASTIASARÁN, D. ANSORENA, A. MARTÍ, J. A. MARTÍNEZ</i> .....	<b>79</b>
Introducción.....	79
Alimentos ecológicos.....	80
<i>Potenciales ventajas de la Agricultura Ecológica: Comparación entre alimentos ecológicos y convencionales</i> .....	80
<i>Legislación sobre prácticas de producción ecológica</i> .....	83
Alimentos transgénicos.....	84
<i>Ejemplos de alimentos transgénicos</i> .....	86
<i>Otras aplicaciones</i> .....	87
<i>Aspectos de seguridad</i> .....	88
<i>Cultivos de vegetales transgénicos en el mundo</i> .....	90
<i>Productos transgénicos comercializados</i> .....	91
<i>Legislación de la Unión Europea en materia de alimentos transgénicos</i> .....	92
Bibliografía.....	93

#### **V. PRODUCTOS PARA ALIMENTACIÓN ESPECIAL**

<i>S. SANTIAGO, M. CUERVO</i> .....	<b>95</b>
Introducción.....	95
Concepto y clasificación.....	95
Características generales.....	97
Productos que pueden encontrarse en el mercado.....	99
<i>Alimentos que satisfacen las necesidades fisiológicas especiales de nutrición de las personas sanas</i> .....	99
<i>Alimentos para regímenes nutricionales específicos</i> .....	110
<i>Alimentos considerados tradicionalmente como específicos para regímenes dietéticos</i> .....	116
<i>Alimentos especiales administrados por sonda</i> .....	117
Bibliografía.....	117

#### **VI. ADITIVOS ALIMENTARIOS: ASPECTOS LEGISLATIVOS**

<i>D. ANSORENA, I. ASTIASARÁN</i> .....	<b>121</b>
Introducción.....	121

