

RESEÑAS Y NOTAS

B. Sañudo Corrales, V. Martínez de Haro y J. Muñoa Blas (Eds.) (2012)

Actividad física en poblaciones especiales. Salud y calidad de vida.

Editorial Wanceulen y Observatorio del Tenis. 2012 Sevilla ISBN 9788499932606. 1ª Edición. Idioma Español. Páginas 254. Precio 19,95 €

Hay evidencias de que el ejercicio físico regular se asocia a beneficios físicos y psicosociales en numerosas condiciones crónicas y, de que, por tanto, mejora el bienestar general, la movilidad y permite la remisión de muchos de los síntomas asociados a ellas, incrementando sensiblemente la calidad de vida relacionada con la salud. De hecho, el ejercicio como base de rehabilitación está siendo cada vez más reconocido por los profesionales de la salud como una herramienta adicional de gran valía en el manejo de todos estos factores (prevención secundaria y terciaria).

El objetivo de este libro es presentar una síntesis actualizada de las evidencias que apoyan el uso del ejercicio físico como terapia en poblaciones que se ha considerado conveniente denominar especiales, tanto por su prevalencia, como por sus características. Los diferentes capítulos de esta obra, apoyados en una gran diversidad de diseños metodológicos, se centran en aportar recomendaciones y sugerencias para la prescripción del ejercicio físico en estos grupos. Para este fin es posible diferenciar dos grandes apartados en el libro; por un lado, uno general, centrado en la valoración y prescripción del ejercicio físico incidiendo en los posibles riesgos de este tipo de práctica para la salud y, por otro, un apartado centrado en diversas poblaciones especiales. Diferentes capítulos monográficos se centran en la práctica de actividad física específica para personas con discapacidad, para personas mayores y otras poblaciones clínicas como la que presenta obesidad, cáncer de mama, fibromialgia o aquellos pacientes afectados por dolor lumbar común.

Este libro puede aportar una evidencia adicional a nuestro ámbito contribuyendo a un mayor entendimiento del papel del ejercicio en la prevención de un amplio rango de condiciones, coadyuvando a incrementar los beneficios que el ejercicio físico adecuado puede ofrecer con la necesaria actuación conjunta de todos los profesionales y las propias familias de los afectados.

El libro presenta el siguiente índice: 1. Posibles riesgos de la actividad física sobre la salud. Autores: Vicente Martínez de Haro, L. Cid Yagüe, M.J. Álvarez Barrios, Juan del Campo Vecino, Ismael Sanz Arribas. 2. Valoración de la actividad física y la condición física relacionada con la salud. Virginia Aparicio García-Molina, Ana Carbonell Baeza, Manuel Delgado Fernández. 3.

Recomendaciones del ejercicio físico en adultos. Ana Carbonell Baeza, Virginia Aparicio García-Molina, Fernando Estévez López, Pablo Tercedor Sánchez, Manuel Delgado Fernández. 4. Acondicionamiento muscular: análisis de ejercicios habituales para una práctica saludable. Pedro Ángel López Miñarro, Pedro Luis Rodríguez García. 5. Actividad físico deportiva para personas con discapacidad física. Javier Pérez Tejero. 6. Obesidad: Importancia de los hábitos saludables en el control del peso y mejora de la salud. José Enrique Moral García. 7. Cáncer de mama y ejercicio físico: bases para su prescripción. Adrián Fera Madrueño, Francisco de Borja Sañudo Corrales. 8. Entrenamiento funcional en personas mayores. Iván Chulvi Medrano, Fernando Mata Ordóñez, Francisco de Borja Sañudo Corrales, Marzo Edir da Silva-Grigoletto. 9. Prescripción y promoción de actividad física en pacientes afectados por dolor lumbar común. Borja del Pozo Cruz. 10. Composición corporal y capacidad funcional en pacientes con fibromialgia tran un programa combinado de ejercicio físico a largo plazo. Francisco de Borja Sañudo Corrales, Delfín Galiano Orea, Luis Carrasco Páez, Moisés de Hoyo Lora. 11. Efectos de las vibraciones mecánicas sobre el sistema músculo-esquelético y el equilibrio de personas mayores y poblaciones clínicas. Moisés de Hoyo Lora, Francisco de Borja Sañudo Corrales, Luis Carrasco Páez.