



López Chicharro, J., López Mojares, L.M.

Fisiología clínica del ejercicio

Ed. Médica Panamericana, 2008. ISBN: 978-84-9835-167-5

Carmen Ferragut Fiol

Universidad Católica San Antonio

CORRESPONDENCIA:

Carmen Ferragut Fiol
 Universidad Católica San Antonio
 Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
 Campus de los Jerónimos s/n
 30107 Guadalupe (Murcia)
 cferragut@pdi.ucam.edu

Recepción: • Aceptación:

La enfermedad ha sido tradicionalmente relacionada con la prohibición de realizar ejercicio físico. Gracias a libros como el que tenemos delante, estos falsos mitos quedarán atrás en breve y se reconocerá socialmente la relevancia de realizar ejercicio físico bajo una correcta supervisión, incluso en condiciones de enfermedad.

Los doctores López Chicharro y López Mojares han sabido reunir a los mejores especialistas en cada campo y, gracias a ello, hoy tenemos ante nosotros una obra muy didáctica, que aborda la fisiología del ejercicio desde un ámbito rigurosamente científico pero al mismo tiempo muy práctico. Todo esto hace de esta obra "Fisiología Clínica del ejercicio" un libro muy útil para los fisiólogos del deporte, así como los profesionales de la educación física más vinculados con el ejercicio salud.

Este libro se compone de 9 grandes partes o bloques. En el primer bloque, que han titulado "Introducción", los autores nos presentan los conceptos generales de la fisiología del ejercicio, así como un breve y ameno repaso de los aspectos históricos de la actividad física y su relación con la salud.



El segundo bloque, versa sobre las enfermedades cardiovasculares, en él se exponen de forma clara y concisa la clínica y tratamiento de la enfermedad isquémica (angina de pecho, infarto de miocardio...), insuficiencia cardíaca y trasplante cardíaco, miocardiopatías, hipertensión arterial y enfermedad arterial periférica; pero además, los autores nos exponen diversas recomendaciones sobre la prescripción de ejercicio en pacientes con estas enfermedades.

La parte 3 está dedicada a las enfermedades pulmonares y en ella se aborda, con un lenguaje asequible, el diagnóstico, la clínica y el trata-

miento de la enfermedad obstructiva crónica y el asma bronquial, presentando también pautas para la prescripción de ejercicio y la evolución de los parámetros fisiológicos durante el esfuerzo de las personas que padecen estos trastornos.

El bloque 4 es el más extenso. Trata de las enfermedades musculares, desde el ictus, parkinson, esclerosis múltiple, lesión medular o parálisis cerebral, hasta enfermedades como la fibromialgia o el síndrome de fatiga crónica, aportando una visión científica y práctica de alta utilidad para el profesional de la actividad física y el deporte.

En la parte 5 se abordan las enfermedades endocrinas y metabólicas, entrando en temas que preocupan mucho a la sociedad, tales como la obesidad y la diabetes, sin olvidar las enfermedades renales así como las hiperlipidemias y dislipemias.

En la parte 6ª se tratan aspectos relacionados con el cáncer y el sida, dos enfermedades de alto interés. En este bloque se abordan desde una perspectiva muy rigurosa la clínica y tratamiento de estas enfermedades, pero lo que es más interesante, la importancia que tiene el ejercicio físico en el tratamiento y evolución de los pacientes.

En la parte 7ª se tratan las enfermedades de los huesos que son muy conocidas y padecidas por una gran parte de la sociedad. En dos capítulos se explican la clínica, tratamiento y prevención del dolor de espalda y la osteoporosis. El ejercicio físico parece como un factor fundamental en el tratamiento y sobre todo la prevención de estas enfermedades.

En el bloque 8º se desarrolla y expone, un tema ampliamente olvidado en los libros de fisiología

tradicional, pero de especial importancia para los profesionales de la educación física: “las poblaciones especiales”.

Tanto los adultos y mayores como los niños y las embarazadas necesitan practicar ejercicio físico, ya que les ayuda a su mejor desarrollo y a lograr cotas razonables de salud. Los autores nos ofrecen unas pautas o guías muy interesantes a tener en cuenta en la prescripción de ejercicio en estas poblaciones. Por último, lo que diferencia y com-

pleta esta obra es el bloque 9º, en el que se abordan las alteraciones psicológicas. El estrés y la ansiedad que son un mal de la sociedad moderna, encuentran una respuesta de tratamiento no farmacológico en el ejercicio.

Asimismo, el retraso mental también encuentra cabida en este texto, dándonos una perspectiva sobre la enfermedad y pautas muy útiles para el profesional de la actividad física sobre la prescripción de ejercicio.