

F. XAVIER MEDINA (ed.)

LA ALIMENTACIÓN MEDITERRÁNEA

HISTORIA, CULTURA, NUTRICIÓN

R. Alonso, Juan José Álvarez, L. Álvarez Sala,
Josep Bernabeu-Mestre, E. Blázquez, Sílvia Carrasco, Pilar Carrero,
Ramon Clotet, Jesús Contreras, Jaume Fàbrega, Sophie Ferchiou,
Mercedes Fernández-Martorell, Concepció Fiol, Claude Fischler,
C. Garcés, Marceau Gast, A. Gil, J.A. Gómez Gerique,
Diego Gómez-Coronado, Allen J. Grieco, Driss Khrouz,
Miguel Ángel Lasunción, D. López-Martínez, Néstor Luján,
Abel Mariné, Javier Martínez-Botas, Lluís Masana, Pedro Mata,
José Mataix, Massimo Montanari, Henar Ortega, Manuel de Oya,
Josep Piera, E. Porres, Isabel Pujadas, Anna Pujol-Puigvehí,
Antoni Riera Melis, Ignasi Riera, Maria-Àngels Roque, Emili Ros,
Jordi Salas-Salvadó, Rosa Solà, Llorenç Torrado, Miguel A. Torres,
Gloria L. Vega, A. Vivanco

Prólogo de Francisco Grande Covián

SUB Hamburg



A/688987

Icaria & Antrazyt

ÍNDICE

PRÓLOGO

FRANCISCO GRANDE COVIÁN	15
-------------------------------	----

INTRODUCCIÓN

<i>Alimentación, dieta y comportamientos alimentarios en el contexto mediterráneo</i> F. XAVIER MEDINA	21
---	----

LA ALIMENTACIÓN EN EL ÁREA MEDITERRÁNEA: UNA PERSPECTIVA HISTÓRICA

<i>Nacimiento y evolución de la cocina mediterránea</i> NÉSTOR LUJÁN	47
<i>La alimentación en tierras catalanas en la Antigüedad: su carácter mediterráneo</i> ANNA PUJOL-PUIGVEHÍ	57
<i>El papel del Mediterráneo en la definición de los modelos alimentarios de la Edad Media: ¿espacio cultural o mar fronterizo?</i> MASSIMO MONTANARI	73
<i>Jerarquía social y desigualdad alimentaria en el Mediterráneo noroccidental durante la Baja Edad Media. La cocina y la mesa de los estamentos populares</i> ANTONI RIERA MELIS	81

<i>El Oriente de Al-Ándalus, una cocina de frontera</i>	
JOSEP PIERA	109
<i>¿Cocina mediterránea o dieta mediterránea (del siglo XIV a principios del XVI)?</i>	
ALLEN J. GRIECO	117
<i>Alimentación y crecimiento moderno de la población. Algunas reflexiones en torno a las regiones de la Europa mediterránea</i>	
JOSEP BERNABEU-MESTRE	127
PRODUCTOS ALIMENTARIOS Y PLATOS DEL MEDITERRÁNEO	
<i>Estadísticas y pautas de consumo: ¿sabemos realmente lo que comemos?</i>	
JESÚS CONTRERAS	137
<i>Los alimentos en la dieta mediterránea</i>	
CONCEPCIÓ FIOL	163
<i>Producción y comercialización del vino en el Mediterráneo</i>	
MIGUEL A. TORRES	197
<i>La sopa en la cocina mediterránea. Aspectos higiénicos, dietéticos y gastronómicos</i>	
ABEL MARINÉ, LLORENÇ TORRADO Y RAMON CLOTET	207
<i>La cultura del cerdo en el Mediterráneo, entre el rechazo y la aceptación</i>	
JAUME FÀBREGA	217
<i>La alimentación en el Mediterráneo. Una antigua receta muy moderna: el cuscús</i>	
MARCEAU GAST	239
<i>La agricultura de Marruecos: estructuras y retos</i>	
DRISS KHROUZ	251

LA DIETA MEDITERRÁNEA: . . .
SALUD Y EQUILIBRIO NUTRICIONAL

<i>La dieta mediterránea. Dieta tradicional versus dieta recomendada</i>	
JOSÉ MATAIX	269
<i>Aceite de oliva y salud</i>	
PEDRO MATA	279
<i>Dieta mediterránea y frutos secos: efectos del consumo de otras fuentes de ácido oleico (avellanas) en las concentraciones de colesterol</i>	
ROSA SOLA	289
<i>Flavonoides del vino y oxidación de las lipoproteínas plasmáticas</i>	
MIGUEL ÁNGEL LASUNCIÓN, HENAR ORTEGA, PILAR CARRERO, JAVIER MARTÍNEZ-BOTAS, JUAN JOSÉ ÁLVAREZ Y DIEGO GÓMEZ-CORONADO	295
<i>Importancia de la fibra y las vitaminas en la dieta mediterránea</i>	
JORDI SALAS-SALVADÓ	309
<i>Dieta mediterránea, colesterol e infarto de miocardio</i>	
LLUÍS MASANA	319
<i>Dieta y colesterol en la población infantil. Estudio NICAM (Niños de la Comunidad Autónoma de Madrid)</i>	
MANUEL DE OYA, A. GIL, D. LÓPEZ-MARTÍNEZ, R. ALONSO, L. ÁLVAREZ SALA, P. MATA, C. GARCÉS, E. BLÁZQUEZ, E. PORRES, A. VIVANCO Y J.A. GÓMEZ GERIQUE	325
<i>Dieta y enfermedades cardiovasculares. Recomendaciones de la Sociedad Española de Arteriosclerosis</i>	
EMILI ROS	339
<i>Resultados de la intervención en los niveles de colesterol en Estados Unidos y disminución de la mortalidad cardiovascular</i>	
GLORIA L. VEGA	347

ASPECTOS SOCIOCULTURALES Y COMPORTAMIENTOS ALIMENTARIOS DEL MEDITERRÁNEO

<i>El modelo alimentario mediterráneo: mito y/o realidad</i> CLAUDE FISCHLER	361
<i>Cultura, alimentación y salud: una propuesta de análisis metodológico</i> SÍLVIA CARRASCO	377
<i>El aceite y el vino en los rituales de las sociedades mediterráneas</i> MARIA-ÀNGELS ROQUE	385
<i>Caminar con leyes para comer</i> MERCEDES FERNÁNDEZ-MARTORELL	401
<i>Importancia y tratamiento de los cereales en la alimentación tunecina</i> SOPHIE FERCHIOU	409
<i>Las relaciones entre el nivel de esperanza de vida y la alimentación mediterránea</i> ISABEL PUJADAS	421
<i>Las muchas memorias del hambre</i> IGNASI RIERA	429
LOS AUTORES	433