

image not found or type unknown



# El mono obeso

José Enrique Campillo Álvarez

**Fecha de publicación:**

24/02/2012

El mono obeso

**Sello Editorial:**

Editorial Crítica

## Contacto de prensa

**Nombre:** Erica Aspas

**Teléfono:** 934928752

**Email:**

easpas@planeta.es

**Nombre:** Laia Barreda  
Vicent

**Teléfono:** 93 492 8308

**Email:**

laia.barreda@planeta.es

**Nombre:** Laura  
Fabregat

**Teléfono:** 93 492 89 47

**Email:**

lfabregat@planeta.es

¿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.

image not found or type unknown



## José Enrique Campillo Álvarez

José Enrique Campillo Álvarez es médico, experto en nutrición y alimentación. Se doctoró en medicina por la Universidad de Granada y ha sido catedrático de Fisiología en la Universidad de Extremadura. Es profesor de nutrición y dietética de la Universidad de Mayores de Extremadura y colaborador de la Universitat Oberta de Catalunya (UOC). Su labor investigadora se ha centrado, sobre todo, en el estudio de la diabetes, la nutrición humana y el ejercicio físico. Es Premio Nacional de Investigación 1989, concedido por la Sociedad Española de Diabetes. Su vocación docente no sólo la ejerce en las aulas, sino que imparte conferencias, en España y en el extranjero, en universidades, institutos y centros de enseñanza para adultos. En los últimos años ha estado interesado singularmente en la llamada medicina darwiniana, centrada en el estudio de las enfermedades de la opulencia (síndrome metabólico y enfermedades asociadas). Colabora habitualmente en revistas especializadas, es coautor de diversas obras en colaboración y autor, entre otros libros de éxito, de *La cadera de Eva* y *El mono obeso*.