

# LIBROS Y REVISTAS

«MOUNTAIN MEDICINE». — MICHAEL WARD. — Crosby Lockwood Staples. — LONDON.

Muy escasos los libros de Medicina de Montaña, la publicación del libro de WARD pone al día los conocimientos de los médicos de las diversas expediciones a las grandes alturas, que estaban desperdigados, por revistas médicas y Boletines de Sociedades Montañeras.

Las 376 páginas están divididas en 29 capítulos, tratados todos con gran seriedad por el autor, experimentado montañero.

Los capítulos sobre respiración merecen ser leídos detenidamente. En el capítulo sobre «Efectos de la altura», nos alegra la cita que dedica al doctor MERAYO tan ligado a nuestra Medicina del Deporte.

Los temas sobre edema de pulmón y trombosis en la altura son interesantes y complementadas con abundante bibliografía.

Sería interesante su traducción al castellano.

«ALIMENTACION Y DEPORTE». — Doctor JOSE ESTRUCH BATLLE. — BARCELONA, 1975.

Los estudios sobre alimentación del deportista, que desde hace años, viene realizando el doctor ESTRUCH, han cristalizado en un extraordinario folleto para uso de deportistas y entrenadores.

Todo un gran conocedor del tema, puede conseguir un texto tan claramente inteligible, para todos, como el que estamos comentando, especialmente dedicado a los atletas «para ayudarlos a ser mejores» (palabras del Envío).

Es original la presentación, al dedicar la página de la derecha a la teoría, mientras que en la página de la izquierda se inscriben unos breves consejos y máximas dietéticas, que se graban profundamente en el ánimo del lector.

El texto está dividido en dos partes: la primera dedicada a la «alimentación general en deporte» y consta de 9 capítulos en esquemas. La segunda parte está dirigida a la «alimentación especial en deporte», tratando en 12 capítulos; de la alimentación en el período de entrenamiento; durante la competición; de los

deportes de corta, mediana y larga duración, pasando para terminar a especificar la alimentación de ciertos deportes, como ciclismo y montañismo.

El trabajo del doctor ESTRUCH editado con la colaboración del Laboratorio Abelló, es un bello exponente de la labor del Centro de Investigación Médico Deportiva de Barcelona.

«EL DEPORTE A LA LUZ DE LA CIENCIA». — HELMUT RAITSCH y colb. — Traducción española: DANIEL ROMERO. — I.N.E.F. — MADRID, 1974.

La versión original fue publicada por el Comité Organizador de los Juegos de la XX Olimpiada, y puesta al idioma castellano por el I.N.E.F. que continúa con ello su labor divulgadora del deporte.

En la Introducción se subraya que esta obra aparece como preparación del Congreso Científico, que tuvo lugar en Munich, durante los Juegos Olímpicos. El deporte y los ejercicios físicos, se hallan hoy en todo el mundo, entre los fenómenos sociales que saltan a la vista.

En el capítulo I, recoge una serie de trabajos sobre Deporte y Filosofía. El capítulo II está dedicado a un tema muy interesante y polémico «El deporte desde el punto de vista de la teología y de la historia de las religiones», GEORG SOLL, en un estudio sobre el catolicismo y deporte, afirma, que la teología cristiana no ha hecho lo suficiente para plasmar eficazmente el deporte en el proceso de concienciación de sus fieles.

Debe ser leído con detenimiento el capítulo III sobre «Sociología del deporte», que se me antoja corto por la trascendencia del tema, aunque las 347 citas bibliográficas compensan la brevedad de la exposición.

El capítulo IV está dedicado a «Pedagogía y psicología deportivas», dedicando unos apartados a Europa, otros a Estados Unidos y un apartado al Japón.

Finalmente el capítulo V está dedicado a la Medicina del Deporte, destacando el trabajo de HOLLMAN, sobre respiración y el de MELLE-ROWIEZ referente a «Efectos del entrenamiento sobre el corazón y circulación».



# FLEXAGIL

FLEX - ibilidad

AGIL - idad

**Tortícolis - Lumbago - Artrosis  
Mialgias gripales**



FÓRMULA :

Por comprimido: Carisoprodol 300 mg.; Amidofenazona 200 mg. P.V.P. 92'50 Ptas.  
Por supositorio:           »   600   »                   »           400   »           P.V.P. 92'50 Ptas.