LIFE Science Hub
JOURNAL OF SCIENCE
EXPANDING KNOWLEDGE ABOUT NUTRITION AND HEALTH

ORIGINAL RESEARCH

El hambre en los seres humanos: contexto evolutivo e implicaciones contemporáneas - Revisión de las pruebas

Dott. A. Conte[1]

1 Biólogo nutricionista, Italy

1. ABSTRACT

El estudio analizado es una revisión histórico-evolutiva que examina el papel del hambre en la historia humana. El autor concluye que la escasez de alimentos ha sido una fuerte presión selectiva, pero subraya que las pruebas de una relación entre la restricción calórica y la longevidad en el ser humano siguen siendo débiles. Dado que solo está disponible el resumen, el método de revisión, los criterios de selección de las fuentes y muchos detalles analíticos no se incluyen en el material disponible.En el párrafo de “La elección de Vivir en la Salud o en la Enfermedad” del Dr. A. Colonnese y R. Panzironi, la publicación contribuye sobre todo al contexto evolutivo en el que los cambios en la disponibilidad de alimentos pueden influir en la demografía y las adaptaciones humanas. Estudios arqueológicos independientes confirman que, en diversos contextos neolíticos, la agricultura se asoció a cambios rápidos en la dieta, mayor estabilidad en los asentamientos y un crecimiento inicial de la población. Sin embargo, no demuestran que toda sociedad agrícola haya tenido inevitablemente una dieta menos nutritiva o una menor biodiversidad alimentaria.

ONLINE ARTICLE

ARTICLE INFORMATION

Published: November 10, 2026
Updated: November 11, 2026

DOI 10.5281/zenodo.24140607

MISSION

LIFE Science Hub – Journal of Science nace con el objetivo de hacer accesible el saber científico sin renunciar al rigor metodológico, a la calidad de las fuentes y a la autoridad de los contenidos. La revista promueve la difusión del conocimiento en las ciencias de la salud, de la nutrición, de la medicina y de la longevidad, creando un puente entre el mundo de la investigación y la sociedad.

A través de artículos, revisiones, análisis en profundidad y aportaciones de expertos, el Journal pone en valor la medicina y la ciencia basadas en la evidencia, favoreciendo una correcta interpretación de los datos científicos y combatiendo la desinformación. Cada contenido se desarrolla con el objetivo de traducir la complejidad de la investigación en información comprensible, útil y aplicable, manteniendo intactos los principios de exactitud, transparencia e independencia científica.

Libre de condicionamientos políticos, industriales y comerciales, la revista se propone como un espacio editorial autorizado e independiente, dedicado a la promoción de la cultura científica, de la actualización profesional y del crecimiento de la conciencia sanitaria en la población.

2. ESTUDIO ANALIZADO

La pregunta que aborda la publicación es si el hambre y la restricción calórica desempeñaron un papel en la evolución humana y si pueden ayudar a explicar una posible relación entre una menor disponibilidad energética y la longevidad. La hipótesis discutida es que las repetidas exposiciones históricas a la hambruna favorecieron adaptaciones útiles para la supervivencia cuando los alimentos escaseaban.Para el apartado de "La elección de Vivir en la Salud o en la Enfermedad" del Dr. A. Colonnese y R. Panzironi, el punto pertinente no es una demostración directa de los efectos de la agricultura sobre la biodiversidad o el sedentarismo. La pertinencia se refiere, en cambio, al marco general: la disponibilidad de alimentos, el hambre y las estrategias de ahorro energético son factores que han influido profundamente en la historia biológica y demográfica humana.Por lo tanto, el estudio puede respaldar un cambio evolutivo general en la narrativa, pero no puede demostrar que el cultivo haya causado, en todas las poblaciones, un empobrecimiento nutricional de la dieta o el sedentarismo. Estos aspectos requieren evidencias arqueológicas y antropológicas específicas.

3. MATERIALES Y MÉTODOS DEL ESTUDIO ORIGINAL

La publicación se presenta en el resumen como una breve revisión de la documentación histórica sobre la frecuencia y la extensión de las hambrunas en la historia de la humanidad. No es un ensayo clínico, no compara grupos de participantes y no informa sobre ninguna intervención dietética.Dado que el texto completo no es accesible y el material disponible consiste únicamente en el resumen, no se mencionan los criterios de inclusión de las fuentes, el número de publicaciones examinadas, el periodo de búsqueda, las bases de datos consultadas, una estrategia de búsqueda bibliográfica, los procedimientos de evaluación de la calidad de los estudios ni los análisis estadísticos. Tampoco se indican la muestra, el grupo de control, los criterios de valoración (endpoints), el seguimiento ni los datos cuantitativos comparativos.

4. RESULTADOS

El resultado principal es conceptual e histórico-evolutivo: el hambre se describe como una de las principales presiones selectivas sobre el genoma humano. En términos sencillos, durante muchas generaciones, la capacidad de sobrevivir cuando el alimento era insuficiente puede haber favorecido características biológicas útiles para ahorrar energía y mantener la reproducción en condiciones difíciles.El resumen indica que el componente genético contribuiría aproximadamente en un 25 % a la variabilidad de la longevidad humana. Sin embargo, el autor considera improbable que se hayan seleccionado genes capaces de prolongar directamente la vida precisamente por este efecto; las posibles ventajas en la longevidad podrían ser consecuencias no intencionadas de otras adaptaciones. Este valor no va acompañado, en el material disponible, de un método de estimación, intervalo de confianza o población de referencia.La publicación concluye, además, que las pruebas de un efecto de la restricción calórica sobre la longevidad en los seres humanos son débiles. No se presentan resultados experimentales sobre agricultura, medidas de biodiversidad de la dieta, datos nutricionales comparativos o estimaciones directas del sedentarismo. Por lo tanto, el segmento pertinente del libro es la conexión general entre presión alimentaria, adaptación y organización de las poblaciones, no una demostración completa de la frase citada.

5. INTERPRETACIÓN

La interpretación más accesible del estudio es que la historia alimentaria humana no ha sido una historia de abundancia constante. Los periodos recurrentes de escasez pueden haber influido en la supervivencia y la reproducción, dejando huellas en las adaptaciones biológicas. Este es un marco evolutivo plausible para comprender por qué los grandes cambios en los sistemas de suministro de alimentos han tenido consecuencias sociales y demográficas.Sin embargo, la publicación objeto de la Revisión de las pruebas no demuestra una cadena causal completa desde la agricultura hasta la reducción de la biodiversidad alimentaria, el empobrecimiento nutricional, el crecimiento demográfico y el sedentarismo. Documenta, sobre todo, el paso más general de

escasez alimentaria presión selectiva adaptaciones de supervivencia. La extensión de este razonamiento a la transición neolítica es una interpretación que debe evaluarse mediante estudios independientes sobre restos humanos, dietas antiguas y demografía arqueológica.

6. EVIDENCIAS INDEPENDIENTES DE CONFIRMACIÓN

Una revisión arqueológica de Larsen examinó las consecuencias del paso de la recolección y la caza a la agricultura en diversas poblaciones del periodo holoceno. El autor describe que, en muchos contextos, la creciente dependencia de las plantas cultivadas se asoció a una dieta menos variada, a un menor acceso a la carne y a ciertos micronutrientes, además de a una mayor estabilidad de los asentamientos. Esta evidencia confirma el pasaje del libro que vincula el cultivo sistemático, la menor variedad alimentaria y el sedentarismo, aunque se trate de una síntesis narrativa y no de un metaanálisis cuantitativo. Las consecuencias no fueron idénticas en todas las áreas geográficas ni en todos los periodos históricos [1].Un estudio sobre restos humanos de Gran Bretaña utilizó isótopos estables de carbono en los huesos, es decir, rastros químicos que ayudan a reconstruir la procedencia general de los alimentos consumidos. Los autores observaron, al inicio del Neolítico, un paso rápido y completo de una dieta fuertemente basada en recursos marinos a una dieta principalmente terrestre, coincidiendo con la aparición de plantas y animales domesticados. Este resultado confirma directamente que la introducción de la agricultura pudo modificar de forma marcada el repertorio alimentario; no demuestra por sí solo que la nueva dieta fuera necesariamente peor desde el punto de vista nutricional [2].Para el segmento demográfico, Shennan y sus colegas analizaron 13.658 dataciones por radiocarbono procedentes de yacimientos de Europa occidental, utilizándolas como indicador indirecto de la densidad de población a lo largo del tiempo. En diez de las doce regiones examinadas, la aparición local de la agricultura fue seguida por un crecimiento significativo de la población respecto al modelo de referencia. Sin embargo, el panorama no fue de crecimiento continuo: tras los primeros aumentos se observaron oscilaciones y, en varias regiones, descensos demográficos. El estudio confirma, por tanto, la asociación entre la adopción de la agricultura y las expansiones demográficas iniciales, pero invita a no describirla como un proceso uniforme o inevitablemente estable [3].

7. EVIDENCIAS DISCORDANTES

No se han identificado evidencias directamente discordantes lo suficientemente pertinentes; esto no demuestra la ausencia de resultados contrarios.Las evidencias disponibles requieren, no obstante, prudencia. Una dieta terrestre o más dependiente de los cultivos no equivale automáticamente a una dieta de menor calidad en todas las poblaciones. La variedad de los alimentos, la presencia de ganadería, pesca, recolección de plantas silvestres, las condiciones climáticas y las prácticas de conservación podían modificar sustancialmente los efectos de la transición agrícola. Asimismo, el sedentarismo no fue absoluto: muchas comunidades combinaron el cultivo, la ganadería, la caza, la pesca y la movilidad estacional. Por último, las reconstrucciones demográficas arqueológicas se basan en indicadores indirectos y describen sobre todo tendencias de población, no recuentos censales completos.

8. QUADRO COMPARATIVO E SINTESI DELLE EVIDENZE

La tabla distingue la publicación objeto de la revisión de las investigaciones independientes utilizadas para verificar los pasos individuales de la narración del libro.

Quadro comparativo

Referencia	Tipo de estudio	Población o modelo	Resultado principal	Dirección de la evidencia	Fuerza de la evidencia
Estudio original	Revisión histórico-evolutiva	Historia evolutiva humana; no se reportan muestras experimentales	El hambre se describe como una presión selectiva importante; pruebas débiles sobre la restricción calórica y la longevidad humana.	evidencia biológicamente coherente	preliminar
[1]	Revisión narrativa arqueológica	Poblaciones humanas del Holoceno en diversos contextos arqueológicos	La transición a la agricultura se asocia, en muchos contextos, a una dieta menos variada, menor movilidad y posibles desventajas nutricionales.	confirmación indirecta	moderada
[2]	Estudio observacional arqueológico con isótopos estables	Restos humanos preneolíticos y neolíticos de Gran Bretaña	Al inicio del Neolítico se observa un cambio rápido de una dieta marina a una dieta terrestre.	confirmación directa	moderada
[3]	Estudio observacional arqueológico-demográfico	13 658 dataciones por radiocarbono en 12 regiones de Europa occidental	La llegada de la agricultura es seguida por crecimientos demográficos iniciales en diez regiones, con tendencias posteriores inestables.	confirmación directa	moderada

9. SINTESI EDITORIALE E CONCLUSIONI

CONCLUSIONES

La publicación analizada sostiene de manera plausible que el hambre y la escasez de alimentos tuvieron relevancia evolutiva en la historia humana, pero no aporta datos directos sobre la transición a la agricultura. La narrativa del párrafo se ve confirmada indirectamente por evidencias arqueológicas que muestran cambios dietéticos, una mayor estabilidad en los asentamientos e incrementos demográficos iniciales asociados a la agricultura. No obstante, la idea de un empobrecimiento nutricional universal requiere una formulación prudente, ya que los resultados variaron entre poblaciones, entornos y estrategias de subsistencia.

Aggiornato al 17/11/2026. Questo contenuto riflette una sintesi divulgativa delle evidenze scientifiche al momento della pubblicazione e non sostituisce il parere medico.

10. TRANSPARENCIA Y RESPONSABILIDAD CIENTÍFICA

La Inteligencia Artificial se ha empleado exclusivamente como herramienta de apoyo editorial y documental. Todos los contenidos, las interpretaciones, las citas bibliográficas y las conclusiones han sido verificados, revisados y aprobados por el autor, quien asume la plena responsabilidad científica de los mismos.

El manuscrito ha sido además sometido a una revisión por pares (peer review) independiente antes de su publicación.

Para garantizar la máxima transparencia, el historial completo del artículo, incluidas las fechas de envío, revisión, aceptación y publicación, así como la información sobre el proceso de revisión por pares, está disponible en la página dedicada al Historial del artículo.

11. RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

[1] **The agricultural revolution as environmental catastrophe: Implications for health and lifestyle in the Holocene**
Larsen et al., 2006
Quaternary International
DOI: https://doi.org/10.1016/j.quaint.2006.01.004

[2] **Sharp shift in diet at onset of Neolithic**
Richards et al., 2003
Nature
DOI: https://doi.org/10.1038/425366a

[3] **Regional population collapse followed initial agriculture booms in mid-Holocene Europe**
Shennan et al., 2013
Nature Communications
DOI: https://doi.org/10.1038/ncomms3486