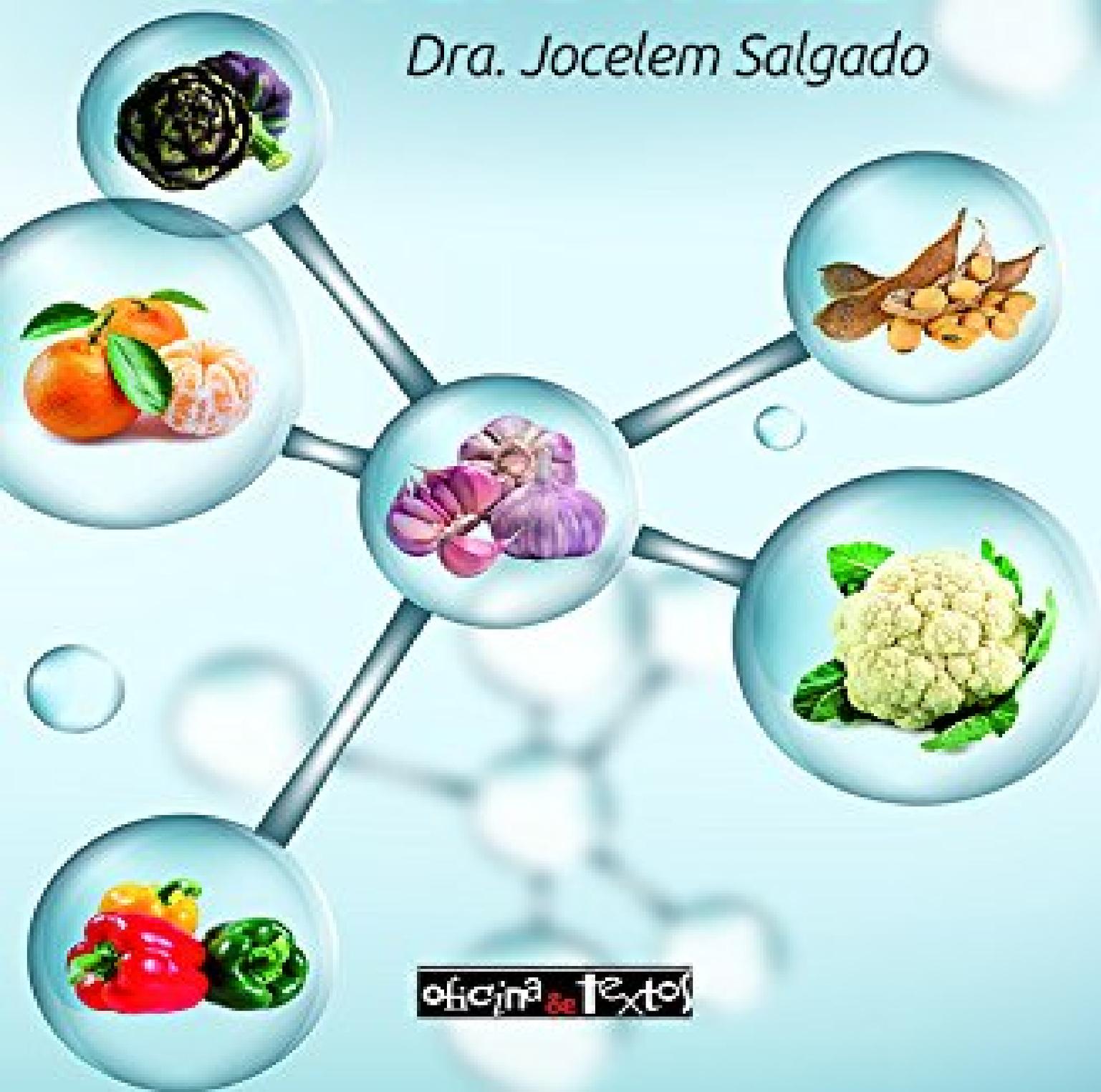


Alimentos funcionais

Dra. Jocelem Salgado



Resumo de Alimentos funcionais

Apresenta alguns dos principais grupos de alimentos funcionais, como carotenoides, ácidos graxos, probióticos, limonoides, lignanas, glicosinatos e flavonoides. O livro alia uma sólida base científica a curiosidades e exemplos práticos para explicar o modo como esses alimentos atuam no corpo humano como antioxidantes ou antiinflamatórios e até mesmo no combate ao câncer, obesidade e doenças cardiovasculares.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)