

Prof. Dr. BRUNO ZILBERSTEIN
CIBELE REGINA FORNARI ZALLI
FABIÓLLA ANDREA MACHADO

Como conviver com a cirurgia da

Obesidade

DICAS E RECEITAS



EDITORA
Gaia

Resumo de Como Conviver com a Cirurgia da Obesidade. Dicas e Receitas

Em Como conviver com a cirurgia da obesidade, escrito pelo prof. Dr. Bruno Zilberstein e pelas nutricionistas Cibele Regina Fornari Zalli e Fabíolla Andrea Machado, o leitor encontrará desde a dieta preparatória para os principais tipos de cirurgia da obesidade, até as dicas nutricionais adequadas a um bom pós-operatório.

Os autores buscam oferecer e proporcionar explicações, de maneira prática e fácil, para o porquê do novo modo de alimentação, seus ingredientes e preparo. Abordam desde a preparação nutricional anterior à operação, com o intuito de facilitar o procedimento e diminuir seus riscos, até como deve ser a nova vida social em relação ao comportamento alimentar. O leitor conhecerá os alimentos que devem ser evitados e como comer fora de casa.

O livro traz também 67 receitas deliciosas com baixo teor calórico que auxiliam na continuação do emagrecimento e a conquista de uma vida saudável.

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