

Roberto Simão

Psicologia

Presentação de
Exercícios para

Provas Supletivas

33

Resumo de Fisiologia E Prescrição De Exercicios Para Grupos Especiais

Nas últimas décadas a crescente publicação de estudos epidemiológicos e experimentais despertou na população uma maior conscientização da importância do exercício como meio de promoção da saúde. Com isso populações com características e necessidades diversas passaram a se engajar em programas regulares de condicionamento físico.

Destacam-se aí as crianças os idosos bem como aqueles indivíduos com problemas de saúde como hipertensos diabéticos e cardiopatas entre outros. Esse livro é dedicado à prescrição de exercícios nessas populações apresentando e diferenciando algumas características fisiológicas e metodológicas em relação aos programas de exercícios voltados para adultos saudáveis.

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