



# O LIVRO DAS DIETAS



DE DR. CARLOS DE OLIVEIRA E SILVA



# Resumo de Guia de Nutrição e Saúde. O Livro das Dietas

Este “Guia de Nutrição e Saúde” atenderá às necessidades das pessoas preocupadas com excesso de peso, devido à vida sedentária e à alimentação irregular, e àquelas que cuidam sempre da boa forma.

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