

DRA. JOCELENE MASTROCHI SALGADO

Procuradora e Profª Titular em Nutrição - UNICAMP

GUIA DOS FUNCIONAIS

Dieta Alimentar para Manter a Saúde e Evitar Doenças



• Alimentos • Calorias • Colesterol • Diabetes • Desnutrição
• Doença Coração • Exercício • Gravidez • Hipertensão • Microgrietas
• Nutrição Infantil • Obesidade • Qualidade da Vida em Doença e Idade
• Nutrientes Essenciais • Saúde Mental • Saúde e Beleza



Resumo de Guia dos Funcionais. Dieta Alimentar Para Manter a Saúde e Evitar Doenças

Partindo do princípio de que os alimentos podem ser considerados tanto inimigos quanto defensores, a autora aborda neste livro os principais problemas de saúde e dá dicas de que alimentos devem ser incluídos na dieta.

Além disso, também alerta quando a funcionalidade de um alimento para o tratamento de um problema pode contribuir para o desenvolvimento ou o agravamento de outro.

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