LIVRO DOS ALIMENTOS

Paulo Eiró Gonsalves

mg
MG EDITORES

Nova edição revista e ampliada

Resumo de Livro dos Alimentos

Esta obra, vencedora de um prêmio Jabuti, tem tudo que pode interessar as pessoas que gostam de cuidar de sua alimentação. Além de analisar os vários nutrientes, ela passa em revista praticamente todos os alimentos habitualmente consumidos no Brasil, analisando vantagens e desvantagens de cada um.

O autor é um respeitado médico, estudioso de nutrição e com vários livros publicados.

Acesse aqui a versão completa deste livro