

SÉRIE

sban

Antonio Herbert Lancha Jr
Sueli Longo

ORGANIZADORES



NUTRIÇÃO

DO EXERCÍCIO

FÍSICO AO

ESPORTE



Manole

Resumo de Nutrição: do exercício físico ao esporte

Mostrando a relevância da Nutrição na prática esportiva, o livro aborda a importância dos nutrientes, passando pelo papel da genômica e do microbioma, além do doping. Foi organizado e escrito por autores reconhecidos na área, com linguagem de fácil compreensão. Trata-se de material de referência para estudantes, professores e profissionais das áreas de Nutrição e Educação Física.- Os organizadores desta obra são os renomados professores Antonio Herbert Lancha Jr e Sueli Longo que, sem nenhuma dúvida, se encontram entre as maiores autoridades brasileiras no assunto.- Aborda todos os aspectos da importância dos nutrientes, passando pelo papel da genômica e do microbioma, sem esquecer do doping.- Linguagem clara e objetiva, de fácil compreensão.- Aborda clientes ativos, atletas, com necessidades específicas e limitações ou com condições físicas especiais.

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