



# Resumo de Nutrição e Atividade Física do Adulto Saudável às Doenças Crônicas

Nutrição e Atividade Física: Do Adulto Saudável às Doenças Crônicas é uma obra única que agrega as mais relevantes evidências sobre nutrição e atividade física para indivíduos saudáveis, bem como para os doentes crônicos.

Reúne informações epidemiológicas sobre o estado de saúde da população, além de conceitos fundamentais para embasar a prescrição nutricional e de exercício físico para adultos saudáveis, desportistas, atletas e pacientes com diagnóstico de doenças e agravos crônicos.

Ademais, mostra o papel da nutrição e da atividade física como moduladores de condições clínicas em nível celular e molecular. O livro apresenta três organizadoras, 73 colaboradores de renome nacional e internacional, 33 capítulos distribuídos em três seções, num total de 672 páginas, e cujo conteúdo é indispensável para nutricionistas, educadores físicos, fisioterapeutas, médicos cardiologistas, endocrinologistas, nutrólogos, psicólogos e demais profissionais da área da saúde com afinidade ao tema. De modo elegante, a obra traduz o esforço da equipe autoral em trazer o conhecimento atualizado, com uma linguagem acessível e dinâmica.

É de se esperar que esta obra possa servir de guia para a atuação dos profissionais, inspirando-os a realizar trabalhos multidisciplinares que tenham como foco principal a preservação e a melhora da saúde de indivíduos e coletividade.

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