

Reury Frank Pereira Bacurau  
Marco Carlos Uchida  
Luis Felipe Milano Teixeira  
(Org.)

# NUTRIÇÃO ESPORTIVA E DO EXERCÍCIO FÍSICO



VEJA  
MENSAGEM  
DO AUTOR

**phorte**  
editora

# Resumo de Nutrição Esportiva e do Exercício Físico

Nutrição esportiva e do exercício físico discute um tema bastante complexo em linguagem simples e acessível, contribuindo com a disseminação de conteúdos cientificamente embasados e, desse modo, proporcionando ao leitor o acesso às informações corretas e fundamentais no que diz respeito ao papel da nutrição e dos suplementos nutricionais no exercício físico e no desempenho esportivo.

Trata-se de uma obra extremamente útil a nutricionistas, a professores de Educação Física, a outros profissionais da área da saúde e a todos os leitores não especializados que se interessam por esse fascinante assunto.

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