Título:

Autor:

Precio: $451.00

Editorial:

Año: 2004

Tema:

Edición: 1ª

Sinopsis

ISBN: 9789701044711

Guía práctica con recomendaciones y consejos acerca de lo que debe comer, cuánto y cuándo aquella persona que padece cualquiera de los dos tipos de diabetes mellitus.
Un valor intrínseco es la participación preponderante de los titulares del Departamento de Endocrinología y Metabolismo del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán.
Algunos aspectos sobresalientes son:

Encontrará la alimentación (dieta) más recomendable para usted.
Para llevar a la práctica estos conocimientos sobre diabetes y nutrición, se muestra cómo calcular las calorías que usted necesita diariamente en su alimentación y se dan guías para consumir una alimentación saludable que permita mantener un peso adecuado, controlar los niveles de azúcar y, a la vez, disfrutar.
Encontrará algunas sugerencias que le ayudarán a organizar su alimentación, con la información necesaria para disminuir las variaciones en sus niveles de azúcar causadas por el consumo inadecuado de alimentos.
Además se incluyen folletos que se pueden desprender del libro para consultarlos rápidamente si se necesita, aun fuera de casa, o para tenerlos a la vista y recordar la información o hacer cambios para mejorar la alimentación y la enfermedad.
Cuando escuche o vea la palabra dieta, piense en los platillos, alimentos aislados o productos que las personas, sanas o enfermas, consumen en un día, ya que casi siempre se piensa que dieta significa restricción o prohibición del consumo de alimentos.
Aprenderá más acerca de los nutrientes y su función en el organismo.