*Librería*

*Bonilla y Asociados*

*desde 1950*

**Título:** Nutrición Para la Salud, Condición Física y Deporte

**Autor:**

**Precio:** $540.00

**Editorial:**

**Año:** 2005

**Tema:**

**Edición:** 7ª

**Sinopsis**

**ISBN:** 9789701053942

La obra hace una revisión de conceptos básicos acerca de los efectos del ejercicio y su relación con la preservación del estado de salud, control, disminución y mantenimiento del peso ideal. ¿Contiene información referente a los últimos protocolos de investigación de las recomendaciones dietéticas, así como consideraciones acerca del uso y abuso de los complementos alimenticios tan populares en la actualidad. ¿Incluye también programas de ejercicio para complementar los regímenes dietéticos, no sólo para deportistas sino para pacientes en general. ¿Las tablas de composición corporal permiten enmarcar mejor a los ejercicios de habilidades teórico-prácticos, todo ello con el enfoque de atención personalizada. ¿Claves de estudio y repaso de conceptos complementan el libro de uno de los autores con mayor peso y reconocimiento a nivel mundial dentro del área. Dirigido a médicos, estudiantes de medicina y de nutrición.

Teléfonos: 55 44 73 40 y 55 44 72 91

www.libreriabonilla.com.mx