



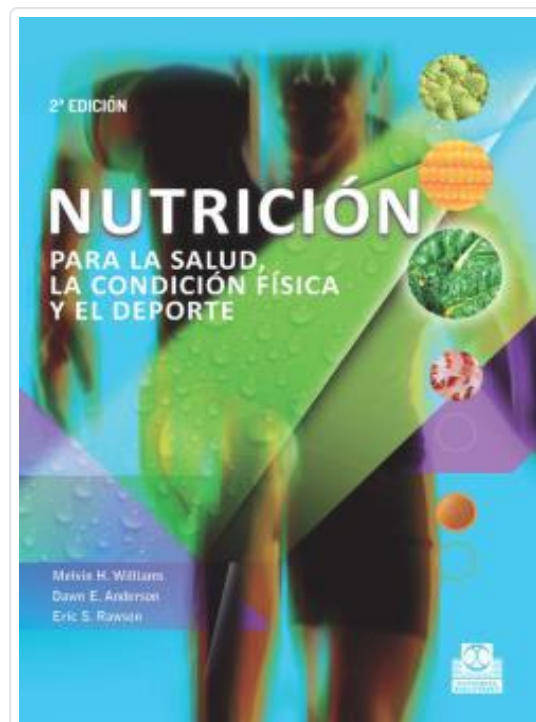
williams, melvin h.; williams, melvin h./anderson,  
dawn/rawson, e

## Nutrición para la salud, la condición física y el deporte (Bicolor)

nutrición para la salud, la condición física y el deporte ofrece al lector una revisión de los efectos básicos del ejercicio y la nutrición sobre la condición física. la obra incluye los resultados de las investigaciones más novedosas y recientes sobre las recomendaciones dietéticas y consideraciones sobre el uso de los uplementos alimenticios.

la composición corporal y el control de peso adquieren gran relevancia para valorar la influencia ergogénica nutricional,armacológica y fisiológica sobre el rendimiento físico.

varios apéndices complementan el texto de esta obra y aportan datos sobre el gasto calórico durante la actividad física; rutas metabólicas detalladas de los hidratos de carbono, las grasas y las proteínas, métodos para calcular la composición corporal; el valor nutricional de las comidas rápidas; y demás información relevante para las personas físicamente activas.



|             |                  |
|-------------|------------------|
| Editorial   | Paidotribo       |
| Colección   | Nutrición        |
| Páginas     | 848              |
| Tamaño      | 275x210x mm.     |
| Peso        | 2450             |
| Idioma      | Español          |
| Tema        | Medicina y salud |
| EAN         | 9788499105284    |
| PVP         | 136,50 €         |
| PVP sin IVA | 131,25 €         |

