



Lídia Rosenberg Aratangy

Corpo

Limites e cuidados

- 
- Desenvolvimento e mudanças do corpo
 - A entrada na adolescência
 - Respeito às diferenças
 - Os perigos desta vida

Resumo de Corpo. Limites e Cuidados. De Olho na Ciência

Ao se olhar no espelho, como você se vê? Quais as principais mudanças desde que entrou na adolescência? Com que padrão de beleza você se compara? Você acha que vale tudo para ser o melhor atleta?

Quais os recursos e limites do nosso corpo? Corpo: limites e cuidados mostra que o desafio não está apenas em bater recordes e ganhar campeonatos, mas também no processo de conviver bem com o próprio corpo.

E põe em xeque as atitudes de jovens e adolescentes com o corpo, trazendo informações fundamentais sobre o funcionamento dessa maravilhosa máquina que é o organismo humano.

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