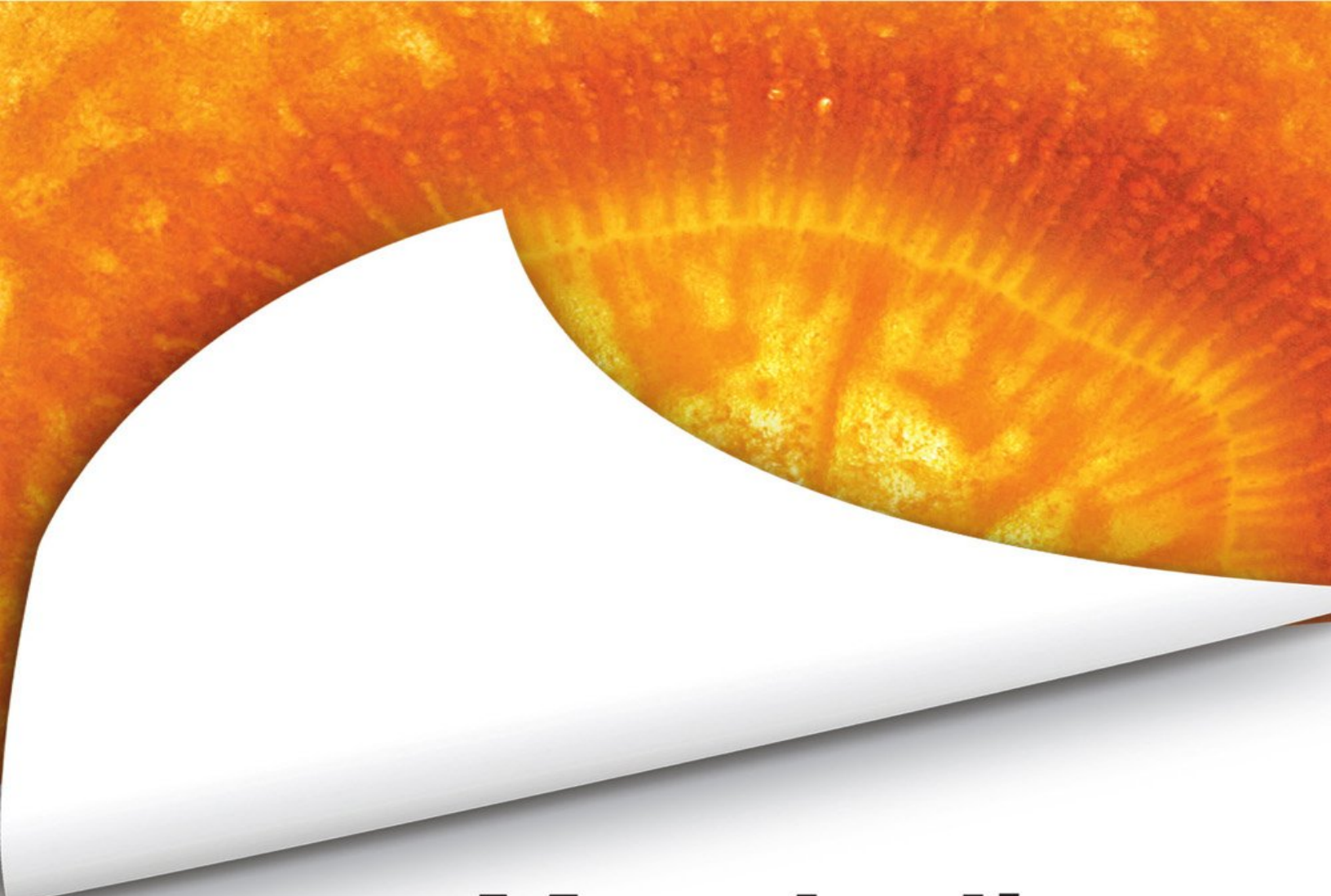




Metabolismo Energético

Mitos e Verdades

Carla Botelho Sottovia

norte
editora

Resumo de Metabolismo Energético

Com informações reais e cientificamente comprovadas, a obra Metabolismo Energético apresenta de maneira clara os processos metabólicos de carboidratos, gorduras e proteínas tanto em repouso como na prática de qualquer atividade física.

Para atender uma necessidade de profissionais que atuam na área da Saúde e do Fitness, a autora apresenta em 5 capítulos os temas Metabolismo do Carboidrato, Metabolismo da Gordura, Proteínas, Metabolismo, Reposição Energética, além da introdução, de conceitos sumários, um glossário e os termos abreviados, facilitando ainda mais a leitura.

Respeitar a importância dos carboidratos, das gorduras e das proteínas para o funcionamento adequado do corpo humano durante o processo de metabolismo de energia é essencial e buscar bases concretas e comprovadas pela classe científica é a proposta da obra.

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