



21 consejos nutricionales para vivir sano /

Luis Román, Daniel Antonio de

Ediciones Universidad de Valladolid,
cop. 2019.

Monografía

En este manual 21 consejos nutricionales los autores intentamos transmitir los conocimientos sobre salud y dieta al público en general, con el objetivo de conseguir unos hábitos nutricionales saludables. Todos nosotros comemos de manera diaria, y una correcta alimentación es la base de una vida sana. En estos momentos existen múltiples problemas nutricionales en nuestra sociedad, obesidad, diabetes mellitus, dislipemia, alteraciones de la deglución, intolerancias, alergias y un largo etc. En estos 21 capítulos damos respuesta a estas situaciones, con diferentes menús y recomendaciones fáciles de llevar a cabo en nuestra vida diaria. En la última parte del libro, esos menús están perfectamente calibrados siguiendo los estándares internacionales. Los autores esperan que el libro sea útil a todos los lectores, y que puedan aplicar sus consejos en la vida cotidiana.

<https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:28443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vMjQ0MzEyMzA>

Título: 21 consejos nutricionales para vivir sano autores Daniel Antonio de Luis Román, Juan José López Gómez ; coautores, Ángeles Castro Lozano, Esther Delgado García, Rebeca Jiménez Sahagún, Olatz Izaola Jaurégui, Susana García Calvo, Emilia Gómez Hoyos, Ana Ortola Bigues, María Jesús San Ceferino, Cristina Serrano Valles, Beatriz Torres Torres.

Editorial: [Valladolid] Ediciones Universidad de Valladolid cop. 2019.

Descripción física: 167 p. 24 cm

Variantes del título: Ventiún consejos nutricionales para vivir sano

Mención de serie: Medicina 79

ISBN: 978-84-1320-007-1

Materia: Nutrición

Autores: López, J. (Juan-José López Gómez)

Baratz Innovación Documental

- Gran Vía, 59 28013 Madrid
- (+34) 91 456 03 60
- informa@baratz.es

