



La Alimentación en la Actividad Física y el Deporte

Bach-Faig, Anna

Editorial UOC,
2018

Monografía

Este libro nace de la necesidad de herramientas que permitan realizar un abordaje integral de la alimentación del deportista orientado a la optimización del rendimiento sin comprometer su estado de salud. En la primera parte: "Valoración del deportista: hábitos y riesgos", se describen los hábitos alimentarios y de estilo de vida de la población general activa, se incluye una base de valoración bioquímica del deportista y se analiza uno de los posibles riesgos, los trastornos de la conducta alimentaria, en la práctica deportiva. Y se concluye, en la segunda, con todo lo relacionado con los aspectos

<https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:38443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vMzc0NmZzODg>

Título: La Alimentación en la Actividad Física y el Deporte

Editorial: Barcelona Editorial UOC 2018

Descripción física: 1 online resource (170 p.).

Mención de serie: Manuales Ser

Nota general: Description based upon print version of record

ISBN: 9788491802914 8491802916

Autores: Esquiús de la Zarza, Laura

Enlace a formato físico adicional: Print version Bach-Faig, Anna. La Alimentación en la Actividad Física y el Deporte Barcelona : Editorial UOC, c2018 9788491802891

Punto acceso adicional serie-Título: Manuales Ser

Baratz Innovación Documental

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