



## TEMATICHE DI ALIMENTAZIONE MODERNA

di Valerio D'Antonio

La presente opera affronta in maniera semplificata le principali tematiche che gravitano attorno al vasto e complesso mondo dell'alimentazione e dell'attività fisica, il principale binomio su cui verte l'azione preventiva nei confronti delle malattie croniche correlate e scorretti stili di vita. Nel testo vengono considerati gli aspetti nutrizionali sia degli alimenti tradizionali che dei nuovi alimenti considerando anche gli integratori alimentari e i prodotti erboristici che destano un crescente interesse nella società. Vengono inoltre affrontati argomenti di particolare attrattiva tra cui il metabolismo, gli aspetti igienici e psicologici dell'alimentazione, le reazioni avverse agli alimenti, gli effetti della sedentarietà e dell'attività fisica sulla composizione corporea, fino alla strutturazione di un menù sul modello della dieta mediterranea. Considerando l'essenzialità degli argomenti trattati, l'opera non si rivolge ai professionisti del settore ma principalmente alla popolazione generale, presentandosi bene anche come supporto didattico per icorsi professionali in cui l'alimentazione trova spazio nelle materie d'insegnamento.

Editore: **EBS PRINT**

Prezzo: **12.90 €**

Pubblicazione: **19/02/2018**

ISBN: **9788893493338**

DIETETICA E NUTRIZIONE, SALUTE PUBBLICA E  
MEDICINA PREVENTIVA, MEDICINA GENERALE,  
CHIRURGIA E INFERMIERISTICA, MEDICINA, SCIENZE,  
TECNOLOGIA E MEDICINA