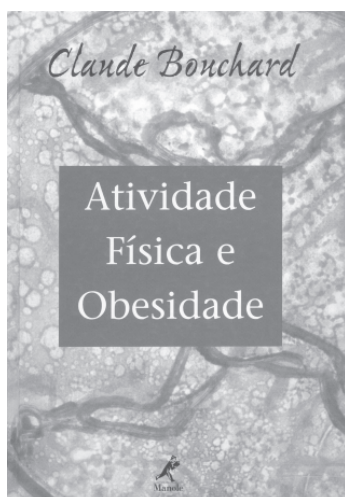


## PUBLICAÇÕES NOVAS/ NEW PUBLICATIONS

### NUTRIÇÃO

BOUCHARD, C. *Atividade física e obesidade*. São Paulo: Manole, 2003. 469 p.



É fato conhecido que uma nutrição equilibrada e a prática regular de atividade física são fatores fundamentais para se ter uma boa qualidade de vida e combater a obesidade. A obesidade e um estilo de vida fisicamente inativo são dois dos fatores de risco mais prevalentes das doenças crônicas comuns do mundo ocidental. Ambos acarretam custos enormes para a saúde e para a economia, sendo reconhecidos como os principais fatores de risco para as doenças cardiovasculares, o diabetes melito não-insulino-dependente, a hipertensão etc.

Este livro, editado pelo Dr. Bouchard e com a co-autoria de mais 32 colaboradores, enfoca precisamente os vários aspectos da atividade física e obesidade. O livro está organizado em 4 partes e 19 capítulos. A parte 1, com 4 capítulos e intitulada “A epidemia de obesidade”, fornece uma visão geral da epidemia atual de obesidade, suas implicações nas taxas de mortalidade e de morbidade e suas consequências econômicas. A parte 2, com 6 capítulos e intitulada “A atividade física na prevenção e no tratamen-

to da obesidade”, enfoca as determinantes da obesidade e as avaliações dos componentes do gasto energético e dos hábitos dietéticos. Apresenta, também, temas relacionados ao equilíbrio energético, ao papel do tecido adiposo e do metabolismo dos músculos esqueléticos e suas características na condição de obesidade. A parte 3 fornece uma visão geral do papel da atividade física na prevenção e no tratamento da obesidade em vários grupos populacionais, incluindo os severamente obesos, e também aborda a manutenção da perda de peso. Finalmente, a parte 4, com 3 capítulos, focaliza o papel da atividade física nas doenças decorrentes da obesidade e sua relação com o estado da saúde do obeso. Também são analisadas formas de modificar os hábitos físicos do obeso.

Cada um dos 19 capítulos deste livro foi escrito por um ou mais especialistas da área. Os conceitos, técnicas de pesquisas e seus resultados são apresentados em uma linguagem clara e objetiva, fato que facilita a compreensão do leitor.

“Atividade física e obesidade” é um livro indispensável para pesquisadores, médicos, nutricionistas, farmacêuticos, agentes de saúde e estudantes. De fato, este é um excelente livro para quem pretende entender melhor o papel da atividade física na equação de equilíbrio energético geral e sua influência na saúde do obeso.

Prof. Julio Tirapegui  
FCF/USP