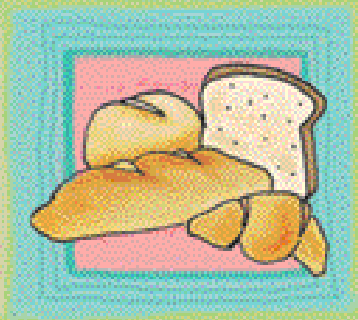
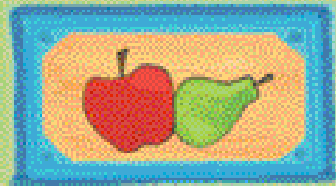




Comida que cuida

Dicas de alimentação
durante o tratamento do câncer



Comida que cuida

Dicas de alimentação
durante o tratamento do câncer



“COMIDA DE ALMA
É AQUELA QUE CONSOLA...
DÁ SEGURANÇA,
ENCHE O ESTÔMAGO,
CONFORTA A ALMA,
LEMBRA A INFÂNCIA
E O COSTUME”

(Nina Horta, no livro *Não É Sopa*)

REALIZAÇÃO

Comunicação Corporativa sanofi-aventis

TEXTO E EDIÇÃO

Cris Ramalho

PROJETO GRÁFICO

Luciana Cury

ILUSTRAÇÕES

Priscila Liu

REVISÃO GERAL

Dr. Marcello Pedreira - CRM 65377

REVISÃO NUTRICIONAL

Nutricionistas da Clínica Médica do
Hospital do Câncer A.C. Camargo:

Luciene Assaf de Matos - CRN 10210

Monica Macedo dos Santos - CRN 10813

Tatiana de Oliveira - CRN 7508

COLABORAÇÃO E AGRADECIMENTOS

Ana Adelaide C. Antunes Teich,
Daniela Kappes Petrochi, Fernanda Schettino,
Francisco Wisintainer, Ricardo Caponero,
Sueli Cabral Duarte

As informações e sugestões contidas neste livro têm apenas finalidade educacional e informativa e traduzem o melhor entendimento dos conhecimentos disponíveis sobre o tema pelos colaboradores dessa obra. Elas não substituem, em qualquer hipótese, o diagnóstico, o tratamento ou as recomendações do seu médico ou nutricionista, nem devem servir de subsídio para automedicação. Somente o médico está apto a prescrever a melhor conduta para o seu caso.

ÍNDICE

À sua saúde 9

Apresentação 11

Comida é um modo de se ligar à vida 13

A cozinha a seu favor 21

Energia é o que você precisa 31

Dieta sob medida 39

Quanto mais proteína, melhor 57

O tempero da vida 65

Receitas amigas 79

Referências 146

Índice de receitas 149



À SUA SAÚDE!

“O essencial é a Saúde”, assim mesmo, com S maiúsculo, significa muito mais do que a simplicidade dessas palavras faz supor. Saúde, para a sanofi-aventis, significa trabalhar com precisão, eficiência e, claro, carinho, sempre em benefício do paciente. É a tradução, a cada dia, da busca pelo que há de mais moderno, nas pesquisas científicas, no emprego dos melhores talentos, tudo para descobrir medicamentos ainda tão esperados. E tão necessários.

É o compromisso da sanofi-aventis com a qualidade de vida, além da abordagem terapêutica. A Saúde em todos os seus aspectos: do apoio às causas humanitárias e às campanhas de solidariedade, dos projetos culturais, sociais e de valorização da auto-estima; da relação mais próxima com a comunidade, até o olhar atento, tão fundamental, para o que está ao redor do paciente. Os cuidados com a alimentação, os instantes de bem-estar, a generosidade com o próximo.

Em *Comida que Cuida*, o objetivo é orientar você a se alimentar bem e a se cuidar, para superar rapidamente esta fase difícil de tratamento contra o câncer.

Do texto carinhoso da jornalista Cris Ramalho ao visual acolhedor criado pela *designer* Luciana Cury, passando pelas receitas e dicas preciosas de nutricionistas e colaboradores, *Comida que Cuida* é um convite para uma deliciosa viagem por cheiros, sabores e temperos de nossa infância. Um verdadeiro estimulante do apetite de viver, dos pequenos momentos do dia-a-dia e da prosa boa na mesa com os familiares e os amigos mais queridos.





Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

