

Ciclo de Exposições Documentais Temáticas

# Leituras sobre...

## Janeiro

Dia de Ano Novo (1 de Janeiro)

# Alimentação

## Entre na linha em 2012!

## **REFERÊNCIAS DA BMFC**

**Alimentos e nutrição.** Sintra: EuroImpala, D.L. 2011., 119 p. : il. ISBN 978-989-24-0221-5

**Assunto: Saúde**

**Cota: FG 61 ali**

ATKINS, Robert C. – **A dieta revolucionária do Drº Atkins.** Cruz Quebrada: Estrela Polar, 2007., 487 p. ISBN 978-972-8929-55-8

**Assunto: Dietética**

**Cota: FG 615.8/.9 ATKI-R. die**

CARMO, Isabel do – **Conhecer os alimentos.** Alfragide: Dom Quixote, 2011., 175 p.

**Assunto: Dietética**

**Cota: FG 615.8/.9 CARM-I. com**

**Cento e onze receitas de baixas calorias.** 2ª ed. Mem Martins: Europa-América, 2007., 118 p. ISBN 978-972-1-04468-5

**Assunto: Culinária**

**Cota: FG 641.5 cen**

**Dieta e nutrição.** Porto: Livraria Civilização, 1992., 144 p. : il. ISBN 972-26-1018-X

**Assunto: Tratamentos não medicamentosos**

**Cota: FG 615.8/.9 die**

ESTIVILL, Eduard – **Aprender a comer.** Lisboa: Livros d'Hoje, 2008., 142 p. : il. ISBN 978-972-20-3464-7

**Assunto: Saúde e higiene pessoal**

**Cota: FG 613 ESTI-E. apr**

FILL, Odilza Vital – **Emagreça para sempre com saúde.** 3ª ed. São Paulo: Loyola, 2005., 262 p. : il. ISBN 85-15-02670-8

**Assunto: Saúde e higiene pessoal**

**Cota: FG 613 FILL-O. ema**

FRANCIS, Mandy – **Alimentação saudável para crianças.** Porto: Porto Editora, 2006., 260 p. ISBN 978-972-0-4583-8

**Assunto: Saúde e higiene pessoal**

**Cota: FG 613 FRAN-M. ali**

HOLFORD, Patrick – **A bíblia da alimentação.** 2ª ed. Lisboa: Presença, 2004., 416 p. ISBN 972-23-2608-2

**Assunto: Medicina**

**Cota: FG 61 HOLF-P. bib**

KENTON, Leslie - **Como emagrecer em 10 dias.** Mem Martins: Europa-América, [1994]., 85 p. ISBN 972-1-03813-X

**Assunto: Saúde e higiene pessoal**

**Cota: FG 613 KENT-L. ema.**

LINDBERG, Fedon Alexander – **A dieta dos médicos gregos.** Lisboa: Paralelo, 2005., 244 p. ISBN 972-770-398-4

**Assunto: Saúde e higiene pessoal**

**Cota: FG 613 LIND-F. die**

MARBER, Ian – **Dieta saudável.** Porto: Livraria Civilização, 2003., 144 p. ISBN 989-550-168-4

**Assunto: Saúde e higiene pessoal**

**Cota: FG 613 MARB-I. die**

MARBER, Ian – **O nutricionista: alimentos saudáveis para a vida na cidade.** Lisboa: Didáctica, 2000., 141 p. ISBN 972-650-625-5

**Assunto: Saúde e higiene pessoal**

**Cota: FG 613 MARB-I. nut**

MCKEITH, Gillian – **Somos o que comemos.** 2ª ed. Barcarena: Presença, 2006., 213 p. ISBN 972-23-3539-1

**Assunto: Saúde e higiene pessoal**

**Cota: FG 613 MCKE-G. som**

MOYER, Ellen – **Colesterol e triglicéridos: questões que você tem... as respostas de que precisa.** São Pedro do Estoril: Atena, 2000., 142 p. ISBN 972-8435-17-7

**Assunto: Medicina**

**Cota: FG 61 MOYE-E. col**

**O livro das dietas: guia de nutrição e saúde.** 3ª ed. Sintra: Impala, 2004. ISBN 972-766-323-0

**Assunto: Saúde e higiene pessoal**

**Cota: FG 613 liv**

PERES, Emílio – **Saber comer para melhor viver.** 5ª ed. Lisboa: Caminho, imp. 2003., 247 p. ISBN 972-21-0525-6

**Assunto: Saúde e higiene pessoal**

**Cota: FG 613 PERE-E. sab**

PINTO, Augusto – **O boticário: (alimentação preventiva).** [S.l.]: MEL, D. L. 1999., Vol. 2 (192 p.): il. ISBN 972-8470-99-1

**Assunto: Saúde e higiene pessoal**

**Cota: FG 613 PINT-A. bot**

RAMÍREZ, Spido – **Truques para eliminar a barriga: uma maneira simples de melhorar a sua silhueta.** Sintra: Girassol, 2005., 80 p. ISBN 972-756-915-3

**Assunto: Saúde e higiene pessoal**

**Cota: FG 613 RAMI-S. tru**

REGO, Carla – **Crescer para cima: como prevenir ou tratar a obesidade da criança e do adolescente.** Lisboa: 101 Noites, cop. 2006., 216 p. : il. ISBN 978-972-8494-61-2

**Assunto: Saúde e higiene pessoal**

**Cota: FG 613 REGO-C. cre**

SPÍNOLA, Robert – **Como emagrecer combinando os alimentos: o equilíbrio perfeito de uma dieta.** Sintra: Girassol, 2005., 80 p. ISBN 972-756-911-0

**Assunto: Saúde e higiene pessoal**

**Cota: FG 613 SPIN-R. com**

THOMPSON, Robert – **Uma nova dieta para uma nova vida.** Lisboa: Europa-América, 2005., 231 p. ISBN 972-1-05615-4

**Assunto: Saúde e higiene pessoal**

**Cota: FG 613 THOM-R. nov**

WANSINK, Brian – **Comer sem pensar: o que nos influencia na hora de comer?.** Lisboa: Sinais de Fogo, 2008., 257, [6] p. : il. ISBN 978-989-8066-37-4

**Assunto: Culinária**

**Cota: FG 641.5 WANS-B. com**

## **REFERÊNCIAS DA BMFC – FUNDO INFANTIL**

**Berto come certo: o que escolhes para comer.** [S.l.]: McDonald's, 2007., 1 DVD (ca min.) : color ; 12 cm

**Assunto: Saúde**

**Cota: FI 6 ber.**

**Cartilha da alimentação.** [Lisboa]: Direcção Geral de Coordenação Comercial, 1979., 40 p. : il.

**Assunto: Saúde**

**Cota: FI 6 car**

LEITÃO, Manuela Alexandra de Sousa – **Viagem ao mundo da alimentação.** Porto: Campo das Letras, 1997., 29 p. : il. ISBN 972-610-030-5

**Assunto: Saúde**

**Cota: FI 6 LEIT-M. via**

RASTOIN-FAUGERON, Françoise – **A alimentação**. Porto: Porto Editora, 2003., 27 p. : muito il. ISBN 972-0-71264-3

**Assunto: Saúde**

**Cota: FI 6 RAST-F. ali**

TEXIER, Ophélie – **O meu almoço**. Porto: Porto Editora, 2004., [12] p. : principalmente il. ISBN 972-0-71294-5

**Assunto: Observar a natureza**

**Cota: FI 5 TEXI-O. meu**

Ciclo de Exposições Documentais Temáticas  
**Leituras sobre...**

## **REFERÊNCIAS DA BMFC – FUNDO JUVENIL**

ASHWORTH, Sherry – **Gordurinhas**. Mem Martins: Europa-América, 2002., 117, [1] p. : il. ISBN 972-1-04962-X

**Assunto: Saúde**

**Cota: FJ 61 ASHW-S. gor**

BESANA, Roberto – **Alimentação: viver e sobreviver**. Lisboa: Didáctica, 2007., 80 p. : il., fotogra., color. ISBN 978-972-650-713-0

**Assunto: Saúde**

**Cota: FJ 61 BESA-R. ali**

JACOB, Arlette – **A nutrição**. Mem Martins: Europa-América, 1981., 137 p.

**Assunto: Saúde**

**Cota: FJ 61 JACO-A. nut**

KROITOR, Roman – **A cadeia alimentar**. [S.l.]: Flaminia, 2006., 1 DVD (ca 14 min.): color ; 12 cm.

**Assunto: Saúde**

**Cota: FJ 61 KROI-R. cad**

NAIK, Anita – **Comer: tudo o que precisas de saber**. Lisboa: Gradiva, 2001., 140 p. : il. ISBN 972-662-784-2

**Assunto: Saúde**

**Cota: FJ 61 NAIK-A. com**

SOARES, M. J. Filgueiras – **Um livro sobre alimentação**. 2ª ed. [Lisboa]: Direcção Geral de Coordenação Comercial , 1978., 62, [2] p. : il.

**Assunto: Saúde**

**Cota: FJ 61 SOAR-M. liv**

WILLIS, Jeanne – **Dietas, pintas e trapos**. Vila Nova de Gaia: Gailivro, 2004., 79 p. : il. ISBN 989-557-163-1

**Assunto: Literatura estrangeira -- outros géneros literários**

**Cota: FJ LE(OG) WILL-J. die**