

Deportista: ¡No te la juegues!

García Arnés, Juan

AZIMUT

Materia: DEPORTES
Colección: SIN COLECCION
Encuadernación: RUSTICA
PVP: 25.00 €
EAN: 9791399043327
Páginas: 260
Tamaño: 170x240 mm.

Sinopsis

Datos recientes de una consultora internacional señalan que casi un 60% de clientes de gimnasios consumen suplementos de proteínas y más de un 40% de creatina.

En España la demanda de productos de nutrición deportiva aumentó un 14% en 2024 y los suplementos de proteínas registraron un incremento de ventas del 175%.

Este libro analiza los SUPLEMENTOS DEPORTIVOS, su eficacia, mecanismo de acción y posibles efectos secundarios según su consumo.

Es también un amplio tratado sobre el DOPAJE, su historia a través de los tiempos, sus causas, normativas oficiales, y descripción de las sustancias utilizadas, especialmente los productos hormonales: Andrógenos Anabolizantes (Testosterona y derivados), Hormona de Crecimiento (HGH) y Eritropoyetina (EPO).