

Um novo livro (Outubro 2010):

# Calor, fadiga e hidratação

**Basil Ribeiro**

**Texto Editora**

**558 páginas, 486 refs bibliográficas**

## Índice

Pág. 19 - Prefácio

Pág. 21 - Calor Exercício físico

Pág. 55 - Hipertermia e rendimento físico

Pág. 79 - Fadiga e exaustão

Pág. 115 - A desidratação

Pág. 161 - A sede

Pág. 171 - Clínica da hipertermia e da desidratação

Pág. 235 - Medidas para diminuir a agressão térmica

Pág. 285 - Aclimatização

Pág. 303 - Água e sódio

Pág. 311 - Hidratação

Pág. 367 - Hidratação antes da actividade física

Pág. 379 - Hidratação durante o exercício físico

Pág. 409 - Hidratação após a actividade física

Pág. 481 - Gravidez

Pág. 489 - Pediatria

Pág. 513 - Referências

**Prefácios: Dr. Henrique Jones, Dr. João Paulo Almeida, Dr. Nelson Puga,  
Prof. Doutor J. Gomes Pereira**