

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação - CIP

M386e Martins, Luciana da Silva.

Envelhecimento e os efeitos do exercício físico na prevenção e melhoria da sarcopenia / Luciana da Silva Martins. – Porto Velho, 2021.

11 f. ; 30 cm.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Centro Universitário São Lucas - UniSL, 2021.

Orientação Prof. Me. Manoel Lourenço Neto.

1. Educação Física. 2. Envelhecimento. 3. Sarcopenia. 4. Exercício físico. I. Título. II. Lourenço Neto, Manoel.

CDU 796-053.2