



**UNIVERSIDADE DE ÉVORA**

**ESCOLA DE CIÊNCIAS E TECNOLOGIA**

**Mestrado em Exercício e Saúde**

**Dissertação**

**Efeitos de um programa de exercício físico  
no perfil lipídico e gordura abdominal em  
crianças com excesso de peso ou obesidade.**

**Alda Isabel Pinto Zacarias**

**Orientador:**

**Prof. Doutor Armando Manuel de Mendonça Raimundo**

**Janeiro 2013**

**UNIVERSIDADE DE ÉVORA**

**ESCOLA DE CIÊNCIAS E TECNOLOGIA**

**MESTRADO EM EXERCÍCIO E SAÚDE**

**Efeitos de um programa de exercício físico  
no perfil lipídico e gordura abdominal em  
crianças com excesso de peso ou obesidade.**

Dissertação elaborada com vista à obtenção  
do grau de mestre, em Exercício e Saúde,  
sob a orientação do Prof. Doutor Armando  
Manuel de Mendonça Raimundo

Alda Isabel Pinto Zacarias

**Janeiro 2013**