

El cerebro obeso: Las claves para combatir la obesidad están en el cerebro (Spanish Edition)



Click here if your download doesn"t start automatically

El cerebro obeso: Las claves para combatir la obesidad están en el cerebro (Spanish Edition)

L. Jiménez

El cerebro obeso: Las claves para combatir la obesidad están en el cerebro (Spanish Edition) L. Jiménez

La obesidad crece imparable y sus efectos negativos sobre la salud también. Las campañas e iniciativas para combatir el sobrepeso que se han lanzado por todo el mundo han resultado infructuosas. Eliminar los kilos que nos sobran se ha convertido en una pesadilla interminable.

¿Qué estamos haciendo mal? ¿En qué nos estamos equivocando?

Estudios realizados durante los últimos años sugieren una nueva y prometedora perspectiva, en torno a una idea central: ¿Y si las claves de la obesidad no están en el estómago, sino en el cerebro?

Un apasionante viaje por las disciplinas científicas relacionadas en el cerebro y la nutrición, la endocrinología, la neurología, la psicología y la psiquiatría, a la búsqueda de respuestas. ¿Cómo controla el cerebro la ingesta de energía? ¿Por qué a veces comemos sin necesitarlo? ¿Existe la adicción a los alimentos? ¿Cómo nos influye el marketing alimentario? ¿Cómo se pueden cambiar los malos hábitos y adelgazar?

"Una obra que sin lugar a dudas me hubiera gustado escribir a mí" - Juan Revenga, Dietista-Nutricionista y biólogo.

"Bien escrito, ameno, rezuma sensatez y sentido común...un planteamiento ingenioso e interesante" – Fernando Mosquera, Psiquiatra y Director Médico.

"Obra imprescindible tanto para profesionales de la salud como para un neófito en el tema" - Pablo Zumaquero, Dietista-Nutricionista.

Sobre el autor: Luis Jiménez, es licenciado en químicas, consultor empresarial y divulgador de ciencia. Además de "El Cerebro Obeso" ha publicado "Lo que dice la ciencia para adelgazar" y "Lo que dice la ciencia sobre dietas alimentación y salud", lo que le ha convertido en una referencia fundamental en la divulgación sobre alimentación y salud desde una perspectiva científica.



Leer en línea El cerebro obeso: Las claves para combatir la ob ...pdf

Descargar y leer en línea El cerebro obeso: Las claves para combatir la obesidad están en el cerebro (Spanish Edition) L. Jiménez

Format: Kindle eBook

Download and Read Online El cerebro obeso: Las claves para combatir la obesidad están en el cerebro (Spanish Edition) L. Jiménez #324YLAIODM7

Leer El cerebro obeso: Las claves para combatir la obesidad están en el cerebro (Spanish Edition) by L. Jiménez para ebook en líneaEl cerebro obeso: Las claves para combatir la obesidad están en el cerebro (Spanish Edition) by L. Jiménez Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros El cerebro obeso: Las claves para combatir la obesidad están en el cerebro (Spanish Edition) by L. Jiménez para leer en línea.Online El cerebro obeso: Las claves para combatir la obesidad están en el cerebro (Spanish Edition) by L. Jiménez DocEl cerebro obeso: Las claves para combatir la obesidad están en el cerebro (Spanish Edition) by L. Jiménez MobipocketEl cerebro obeso: Las claves para combatir la obesidad están en el cerebro (Spanish Edition) by L. Jiménez MobipocketEl cerebro obeso: Las claves para combatir la obesidad están en el cerebro (Spanish Edition) by L. Jiménez EPub

324YLAIODM7324YLAIODM7