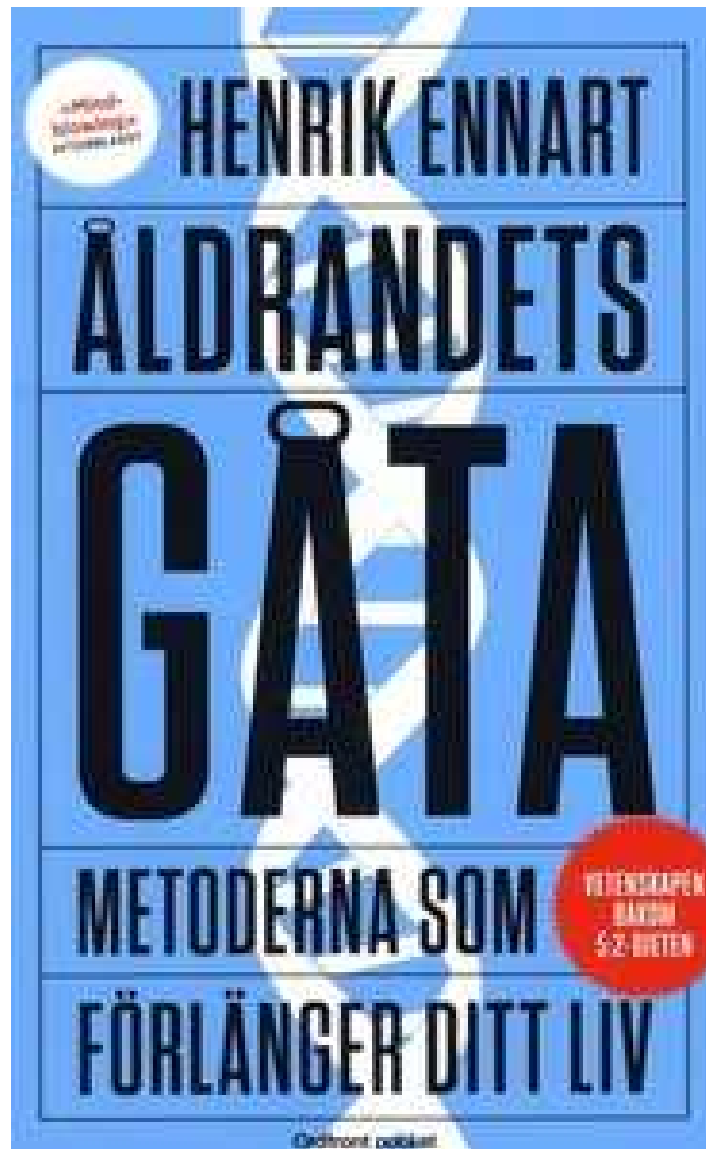


Tags: Åldrandets gåta : metoderna som förlänger ditt liv e-bok apple; Åldrandets gåta : metoderna som förlänger ditt liv ladda ner pdf e-bok; Åldrandets gåta : metoderna som förlänger ditt liv epub books download; Åldrandets gåta : metoderna som förlänger ditt liv bok pdf svenska; Åldrandets gåta : metoderna som förlänger ditt liv las online bok; Åldrandets gåta : metoderna som förlänger ditt liv MOBI download

---

## **Åldrandets gåta : metoderna som förlänger ditt liv PDF E-BOK**

**Mats-Eric Nilsson, Henrik Ennart**



Författare: Mats-Eric Nilsson, Henrik Ennart

ISBN-10: 9789170377624

Språk: Svenska

Filstorlek: 4574 KB

## BESKRIVNING

Den första boken på svenska som beskriver korttidsfasta som metod för att må bättre och leva längre. Vetenskapen har länge sett en maxgräns för hur länge en människa kan leva runt 120 år. Men nu börjar forskningen komma i kapp våra fantasier. I Åldrandets gåta träffar Henrik Ennart världens främsta forskare specialiserade på åldrande. De kommer alla till samma slutsats: Vi och inte minst våra barn kommer att leva betydligt längre än vad som är vanligt i dag. Varför är det så? Förbättrad levnadsstandard spelar in men även vår livsstil. Råden från experterna skiljer sig åt: ät färre kalorier, stå upp när du arbetar, snabbfasta eller dra ner på kött och socker. Dessa val påverkar cellernas åldrande och när forskarna hittat vilka gener som styr livslängden och lärt sig hur man kontrollerar dem blir frågan till sist: Hur gamla vill vi bli?

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Hälsa & Kosthållning-arkiv - Livsenergi**

Den första boken på svenska som beskriver korttidsfasta som metod för att må bättre och leva längre. Vetenskapen har länge sett en maxgräns för hur länge en ...

### **Åldrandets gåta : vetenskapen som förlänger ditt liv - Henrik Ennart ...**

Pris: 55 kr. Pocket, 2013. Finns i lager. Köp Åldrandets gåta : metoderna som förlänger ditt liv av Henrik Ennart på Bokus.com. Boken har 1 läsarrecension.

### **Åldrandets gåta : vetenskapen som förlänger ditt liv | Ordfront förlag**

Pris: 229 kr. Häftad, 2017. Skickas inom 7-10 vardagar. Köp Åldrandets gåta : vetenskapen som förlänger ditt liv av Henrik Ennart på Bokus.com.

**ÅLDRADETS GÅTA : METODERNA SOM FÖRLÄNGER DITT LIV**

***LÄS MER***