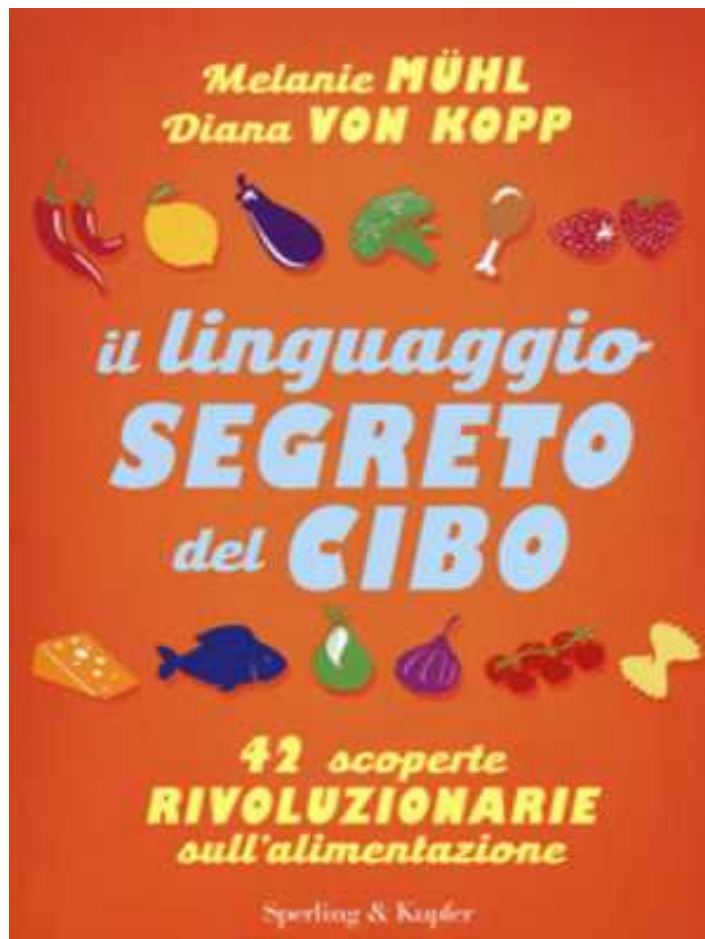


Tags: Il linguaggio segreto del cibo. 42 scoperte rivoluzionarie sull'alimentazione libro pdf download, Il linguaggio segreto del cibo. 42 scoperte rivoluzionarie sull'alimentazione scaricare gratis, Il linguaggio segreto del cibo. 42 scoperte rivoluzionarie sull'alimentazione epub italiano, Il linguaggio segreto del cibo. 42 scoperte rivoluzionarie sull'alimentazione torrent, Il linguaggio segreto del cibo. 42 scoperte rivoluzionarie sull'alimentazione leggere online gratis PDF

Il linguaggio segreto del cibo. 42 scoperte rivoluzionarie sull'alimentazione PDF

Melanie Muhl



Questo è solo un estratto dal libro di Il linguaggio segreto del cibo. 42 scoperte rivoluzionarie sull'alimentazione. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Melanie Muhl
ISBN-10: 9788820061951
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2431 KB

DESCRIZIONE

Ordinare un dessert, scegliere uno yogurt fra i tanti esposti, resistere o cedere al desiderio di un caffè... Secondo un recente studio scientifico, ogni giorno prendiamo circa duecento decisioni che riguardano l'alimentazione, e nella maggior parte dei casi non ne siamo consapevoli. Perché ci piace quel che ci piace? Perché ci facciamo incantare da consigli assurdi e mangiamo troppo? Perché nel nostro rapporto col cibo entrano in gioco le tradizioni familiari, i condizionamenti ambientali e sociali, i miti dietetici, le suggestioni del marketing e, soprattutto, le emozioni. Influenze nascoste che determinano le nostre abitudini alimentari e sono difficili da conoscere e da controllare. Partendo dalle più aggiornate ricerche di psicologia comportamentale, biologia e neuroscienze, le autrici ne mettono a fuoco ben quarantadue, rivelando verità sorprendenti sul ruolo che la psiche e il cervello svolgono sul gusto e sul nostro modo di mangiare. Scopriamo così come l'umore incide sull'appetito, come la circonferenza del ristorante condiziona la nostra ordinazione, e perché la passione per la cucina rende più unite e felici le coppie. Ma impariamo anche ad avere successo in un pranzo di lavoro, a vincere le tentazioni quando facciamo la spesa, a orientarci nella giungla dell'alimentazione. Un libro che ci aiuta a decifrare il linguaggio segreto del cibo per imparare a mangiare in modo più razionale e intelligente.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Uno sguardo alla psiche - Estratto da "Il Linguaggio Segreto del Cibo" ... 42 scoperte rivoluzionarie sull'alimentazione Melanie Muhl, Diana Von Kopp.

Scopri 42 scoperte rivoluzionarie sull'alimentazione; tutti i segreti che non conosci sul linguaggio del cibo. Leggi di più!

Ti stai chiedendo dove trovare i libri sull'alimentazione per ... Il linguaggio segreto del cibo. 42 scoperte ... China Study Le ricerche rivoluzionarie.

**IL LINGUAGGIO SEGRETO DEL CIBO. 42 SCOPERTE RIVOLUZIONARIE
SULL'ALIMENTAZIONE**

[Leggi di più ...](#)