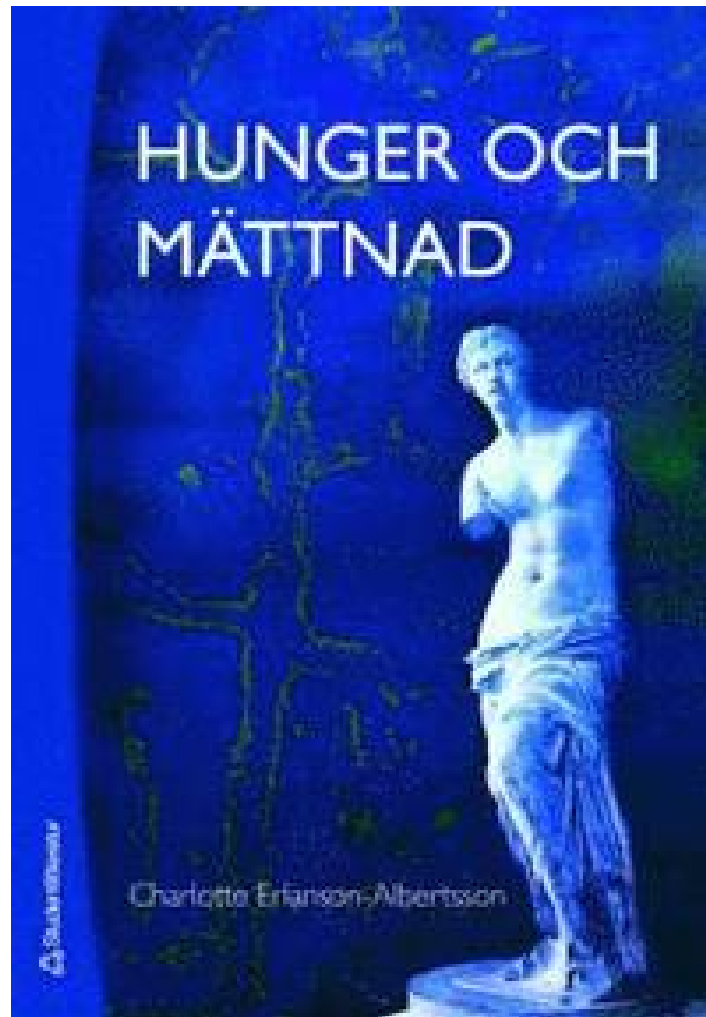


Hunger och mättnad PDF

Martin Brunnberg, Fredrik Paulún



Det här är bara ett utdrag ur Hunger och mättnad bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



Författare: Martin Brunnberg, Fredrik Paulún

ISBN-10: 9789144022215

Språk: Svenska

Filesize: 3569 KB

BESKRIVNING

En del personer går upp i vikt, andra inte. En viktig förklaring är överkonsumtion, men det finns också andra: låg ämnesomsättningshastighet, hög insulinkänslighet, låg energikostnad vid rörelse och låg fettförbränning. Alla dessa fenomen styrs av våra hunger- och mättnadssignaler. I boken beskrivs de senaste upptäckterna om hunger- och mättnadssignaler samt belöningssystem. En kunskap som ger oss en viktig ledtråd till hur vi ska uppnå energibalans. Boken är avsedd för undervisning av läkare, tandläkare, dietister och nutritionister. Den är också skriven på ett sätt så att du som är intresserad av ämnet kan ha glädje av boken.

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

hunger - betydelser och användning av ordet. Svensk ordbok online. Gratis att använda.

Lär dig vilka de är och hur de fungerar. Det gör det lättare för dig att tackla din hunger under dina fastedagar. Vänta in mättnaden Det tar 20-30 ...

HUNGER OCH MÄTTNAD

[Fortsätt läsa...](#)