

## Fettpaniken PDF

Fredrik Stattin, Jörgen Sundqvist



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



Författare: Fredrik Stattin, Jörgen Sundqvist

ISBN-10: 9789174419566

Språk: Svenska

Filesize: 3260 KB

## BESKRIVNING

Vi blir tjockare och tjockare. En kalori är alltid en kalori, och det enda sättet att gå ner i vikt är att äta fettsnålt. Tjocka människor är odisciplinerade, om de bara skärpte sig skulle de vara smala. Vi vet så mycket om hur det ligger till med övervikt och med sambandet mellan vikt och hälsa. För visst är det bara av hälsoskäl som vi bantar, som vi får reda på vårt BMI-värde hos doktorn, som vi får kostråd av myndigheter och experter? Det kan väl aldrig vara för att det anses fult att vara tjock? Marie Carlsson granskar i sin bok *Fettpaniken* de myter som omgärdar samhällets fettskräck, och tittar närmare på de undersökningar som ligger till grund för bland annat WHO:s rekommendationer för normalvikt. Hon anser det inte bevisat att övervikt i sig är en hälsofara. Vi måste istället börja skilja på vikt och hälsa. Vår stillasittande livsstil är inte en fara därför att den kan leda till övervikt, utan därför att för lite kroppsrorelse och motion kan göra oss sjuka och det är inte samma sak. Hennes slutsatser är provocerande, modiga och tankeväckande, och vänder upp och ner på allt vi tror oss veta om den så kallade fetmaepidemin.

## VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

FETTPANIK. Vi räknar kalorier, jagar light-produkter, diskuterar bantningsmetoder och springer på gymmet. Marie Carlsson kallar det fettpanik, och i sin nya bok tar ...

Fettpaniken, Marie Carlsson, Ordfront. Des milliers de livres avec la livraison chez vous en 1 jour ou en magasin avec -5% de réduction .

- ge ungarna glass i stora lass! Dagisbarn ska inte längre få fira födelsedagen med glass. För barnen kan bli tjocka. Men snälla! Stoppa fettpaniken ...

## FETTPANIKEN

[Fortsätt läsa...](#)