

# POR QUE DEBERIAS COMERTE UN TROZO DE PASTEL



**BOON, MARIETTE / VAN ROSSUM, LIESBETH**

## SINOPSIS

La grasa es una parte crucial del cuerpo humano. Produce hormonas, se comunica con el cerebro y proporciona energía. Aunque no podríamos vivir sin el tejido adiposo, seguimos teniendo muchos prejuicios sobre este órgano. ¡Sí, la grasa corporal es un órgano! El sobrepeso y la obesidad constituyen un grave problema en todo el mundo, pero al contrario de lo que piensa mucha gente, el exceso de comida y la falta de movimiento no son, ni mucho menos, sus únicas causas. El funcionamiento de nuestra grasa es mucho más complejo. Las doctoras Mariëtte Boon y Liesbeth van Rossum examinan en este ameno e ilustrativo libro los últimos descubrimientos científicos sobre la grasa corporal y el sobrepeso, repasando los diversos factores que pueden influir en el peso corporal: desde el sueño hasta el estrés y desde la predisposición genética hasta el uso de medicamentos, y muchos otros factores ocultos que nos hacen engordar. Por qué deberías comerte un trozo de pastel muestra cómo funciona realmente la grasa corporal y es lectura obligatoria para todo aquel que quiera saber cómo alcanzar y mantener un peso saludable de manera inteligente y eficaz. ...

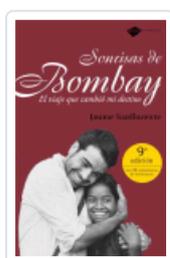


Editorial	PLATAFORMA EDITORIAL
Materia	BIENESTAR Y SALUD
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788417886714
Status	Disponible
Páginas	338
Tamaño	140x0x mm.
Peso	1
Precio (Imp. inc.)	18,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	11/03/2020

## Títulos relacionados



**SOY MAS LISTA QUE EL HAMBRE!**  
(2ª EDICION)  
CAMPOS NAVARRO, EVA



**SONRISAS DE BOMBAY** (17ª EDICION)  
SANLLORENTE, JAUME



**AHORA YO** (6ª ED)  
ALONSO PUIG, MARIO



**VIVIR LA VIDA CON SENTIDO** (4ª ED)  
KUPPERS, VICTOR