

Perchè mangiamo troppo

Scritto da Administrator

(...) E' apparso sul britannico Guardian un estratto modificato ad articolo (an edited extract) del libro di David Kessler 'The End of Overeating – taking control of our insatiable appetite', che uscirà in Italia come 'Perchè mangiamo troppo' per Garzanti. Kessler – ex commissario della Food and Drug Administration nonché l'uomo che ha sfidato l'industria del tabacco in America – racconta come l'industria alimentare abbia preso in ostaggio i cervelli di milioni di persone trasformando i pasti in porzioni ingegneristicamente studiate e ricche di grassi, zuccheri, sale e additivi in modo da rendere i consumatori dipendenti dai loro prodotti con conseguenti problemi di obesità, malattie cardiovascolari e questioni di salute di vario tipo in tutto il mondo consumistico. Esaminando i motivi per cui ci sentiamo assolutamente impotenti di fronte a tali tentazioni chimiche, quei cibi iper-saporiti che ci rendono schiavi del loro gusto e texture nel palato, Kessler fornisce anche indicazioni e strumenti per riappropriarci del controllo sul nostro appetito. (...)

L'articolo:

<http://www.allthefoodoftheworld.com/perche-mangiamo-troppo-david-kessler-alimentazione-sale-sale-grassi-zuccheri-cibo-spazzatura/>

L'edizione italiana:

http://www.garzantilibri.it/default.php?page=visu_libro&CPID=2605

<http://www.illibraio.it/dettaglio/66325/perche-non-sappiamo-resistere-al-cibo-spazzatura>

La recensione audio:

<http://www.radio24.ilsole24ore.com/popup/player.php?filename=essere190710.mp3>