

## Suiker, het zoete vergif PDF

Huib Stam



*Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.*



Schrijver: Huib Stam  
ISBN-10: 9789048825394  
Taal: Nederlands  
Bestandsgrootte: 3522 KB

## OMSCHRIJVING

Alles wat je moet weten over suikerHet begint door te dringen dat de alledaagse voeding vol zit met suiker en dat het goed voor de gezondheid is om te minderen. In het bijzonder voor kinderen, die gek zijn op zoetheid, en voor ouderen, die suiker niet goed meer verwerken. De feiten stapelen zich op: suiker is een dikmaker en een ziekteverwekker. En we hebben het helemaal niet nodig.In veel landen wordt hardop gezegd dat de consumptie van suiker minstens gehalveerd moet worden. Maar in Nederland zien de instanties geen reden om met een duidelijk advies de suikerinname drastisch te verminderen. Dat kunnen ze niet lang meer volhouden.Maar hoe slecht is suiker eigenlijk? Huib Stam beschrijft de achtergrond van onze suikerbehoefte en de effecten van te veel suiker op de gezondheid. Ook doet hij aanbevelingen om het 'zoete vergif' in het huishouden te verminderen.

## WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Informatie over het boek: 'Suiker, het zoete vergif' van Huib Stam

Als er ergens een heleboel mythes over bestaan, dan is het wel over het voedsel dat we nuttigen. Neem nu bijvoorbeeld fructose. Deze vorm van suiker zit -

Bestel het boek: Suiker het zoete vergif voor slechts € 7.9 Categorie: Gezondheid, Mens & maatschappij  
Let op: de voorraad is beperkt Bekijk daarom snel ...

**SUIKER, HET ZOETE VERGIF**

[Lees verder...](#)