

Bill Gifford

JOVEM PARA SEMPRE

OU MORRA
TENTANDO

nVersos

Resumo de Jovem Para Sempre ou Morra Tentando

Escrito pelo renomado jornalista Bill Gifford, – "Jovem para sempre" (ou morra tentando) é uma jornada surpreendente pelo mundo das ciências antienvelhecimento em busca de respostas para uma obsessão universal: o que pode ser feito para se permanecer jovem?

A obra é um passeio vigoroso e ousado pelas mais recentes pesquisas, pela mitologia popular e pelos saberes tradicionais relacionado à mais antiga obsessão da humanidade: como podemos viver por mais tempo?

E melhor? Com bom humor e curiosidade, o repórter Bill Gifford conduz o leitor através da estranha ciência do envelhecimento, desde os sinais mais óbvios, como rugas e calvície, até o funcionamento inesperado das nossas células.

Visita laboratórios de ponta onde os cientistas estão trabalhando para subverter o processo de envelhecimento com tratamentos experimentais, como a remoção de células “senescentes” de camundongos. E revela por que algumas pessoas conseguem viver além dos 100 anos de idade sem qualquer esforço, se o vinho tinto de fato ajuda, como a gordura corporal tenta nos matar e as coisas simples que se pode fazer para ativar mecanismos de longevidade programados em nossos próprios genes.

Gifford separa o joio do trigo, expondo as falcatruas usadas para enganar um a sociedade que envelhece ao mesmo tempo em que arma o leitor com os melhores conselhos sobre o que fazer, o que não fazer, e quais os tratamentos revolucionários que estão prestes a existir.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)