

Ομογενής έχασε το ρεκόρ του παχύσαρκου λόγω δίαιτας

/ Ε



Ένας ομογενής κατείχε το

ρεκόρ του πλέον παχύσαρκου ανθρώπου της Αυστραλίας.

Ο Ιορδάνης Τυρεκίδης έφτασε να ζυγίζει 300 κιλά, αφού για δέκα χρόνια το αποκλειστικό διαιτολόγιό του ήταν φαγητό από φαστ φουντ, πατατάκια, πίτσες, σοκολάτες και αναψυκτικά, όπως ομολογεί ο ίδιος.

Πέρυσι, όμως, πήρε την απόφαση να μειώσει το βάρος του, χωρίς λιποαναρρόφηση και «επαναστατικές δίαιτες», αλλά με τη βοήθεια ενός διαιτολόγου - υπνοθεραπευτή.

Μέσα σε δώδεκα εβδομάδες έχασε 50 κιλά. ([περισσότερα...](#))