

## **Robb Wolf – föredrag i San Diego 2017 – förhandstitt 1**

**Robb Wolf:** Sporter och krigföring är snabbare, tuffare och tätare än nånsin förut. Våra soldater, särskilt i specialförband, tjänstgör 6–9 månader i stöten. De är aktiva på natten och sover på dagen. De har alltid full mundering om de är vakna dagtid, så de får D-vitaminbrist. Dygnsrytmen är rubbad, maten är hemsk... Så det finns många exempel på där det moderna livet motverkar våra chanser att klara av en traumatisk hjärnskada. Och tänk på vad barn äter nu för tiden... Om de spelar fotboll i 20 minuter behöver de sportdryck före matchen, mer i halvlek och en bagel efteråt... När jag håller det här föredraget på sjukhus möts jag av misstrogenhet, men här predikar jag ju för de redan frälsta.