Livre

Auteur(s) : Berthou, Anthony (1980-...) (Auteur) ;Marx, Thierry (1962-...) (Préfacier, etc.) ;Guerrero, Léa (Illustrateur)
Titre(s) : Du bon sens dans notre assiette : ce que nous avons oublié de nos ancêtres chasseurs-cueilleurs / Anthony Berthou ; préface de Thierry Marx ; illustrations de Léa Guerrero.
Editeur(s) : Arles (Bouches-du-Rhône) : Actes Sud, 2023.
Collection(s) : (Domaine du possible, ISSN 2119-3312).
Autres : 1 vol. (384 p.) . illustrations en noir et blanc . 19 x 14 cm
Résumé : Observant la hausse des intolérances alimentaires et des pathologies de civilisation, comme le diabète ou le cancer, le nutritionniste explique ces dérèglements par la désynchronisation du corps humain avec son environnement direct. Avec une approche à la croisée de l'évolutionnisme et de la biologie, il propose de revenir à une alimentation simple, naturelle et écologique. Electre 2023.
Notes : Tout public.
Sujet(s) : Coutumes alimentaires ** 2000-... ;Alimentation ** Aspect environnemental ** 2000-... ;Politique alimentaire ** 2000-... ;Nutrition ;Alimentation occidentale : 2000-... ;Diététique

Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	613.2 BER	Prêt normal	Disponible	Saint-Carreuc