

## Le charme discret de l'intestin : Tout sur un organe mal aimé



Date de publication: 1 avril 2015

Editeur: Actes Sud Editions

Auteur: Giulia Enders

Broché: 350

Langue: Français

PDF

Surpoids, dépression, diabète, maladies de peau... et si tout se jouait dans l'intestin ? Au fil des pages de son brillant ouvrage, Giulia Enders, jeune doctorante en médecine, plaide avec humour pour cet organe qu'on a tendance à négliger, voire à maltraiter. Après une visite guidée au sein de notre système digestif, elle présente, toujours de façon claire et captivante, les résultats des toutes dernières recherches sur le rôle du «deuxième cerveau» pour notre bien-être. C'est avec des arguments scientifiques qu'elle nous invite à changer de comportement alimentaire, à éviter certains médicaments ainsi qu'à appliquer quelques règles très concrètes en faveur d'une digestion réussie. Irrésistiblement illustré par Jill Enders, la soeur de l'auteur, voici un livre qui nous réconcilie avec notre ventre. Succès surprise, Le Charme discret de l'intestin s'est vendu à plus de un million d'exemplaires en

Allemagne et sera publié dans une trentaine de pays.

<http://rapidgator.net/file/1e3d4b4439d67957fbff1d47ddaa3178/BV41JaBr9.pdf.rar.html>