

BBR

Bien manger pour ne plus déprimer : prendre soin de son intestin pour prendre soin de son cerveau / Dr Guillaume Fond

Titre:	Bien manger pour ne plus déprimer : prendre soin de son intestin pour prendre soin de son cerveau
Zone d'auteurs:	Dr Guillaume Fond
Editeur:	Paris : O. Jacob, 2022
Collation:	1 CD (8 h. 27 min.)
	M. Gilles Geuggis, BBR 267 p.
Catégorie d'âge:	adultes
Type de média 1:	CD-Daisy MP3
Type de média 2:	documentaire
No de notice:	12518A100
Mots matières:	MÉDECINE DIGESTION SANTÉ RÉGIME ALIMENTAIRE PSYCHOLOGIE CERVEAU NEUROLOGIE MAL DE VIVRE ÉTAT DÉPRESSIF DIÉTÉTIQUE QUALITÉ ALIMENTAIRE HYGIÈNE ALIMENTAIRE ALIMENT NUTRITION PROPHYLAXIE ESSAI (genre littéraire)
	Les dernières recherches en psychiatrie ont mis au jour un lien indéniable entre l'intestin et le cerveau. Les perturbations du microbiote intestinal ont ainsi des répercussions psychologiques. En plus de montrer l'interaction constante entre les deux organes, l'auteur propose des conseils diététiques adaptés pour éviter certains troubles mentaux et les traiter.

Informations supplémentaires

ISBN:	978-2-415-00158-2
Langues:	français

Auteurs / Mots matières / Classification

Auteurs:	Fond, Guillaume
Classification:	9.61 Anatomie, Hygiène, Sciences médicales, Médecine

No d'exemplaire	Cote / Marque	Type de fichiers	Disponibilité	Date d'échéance
12518A100	9.61 FOND	Daisy/MP3	emprunté emprunté	30.07.2024