

Dr Réginald Allouche



Date : 24/04/2024

Pages : 252

Format cm : 16 x 24

Prix : 19.9

EAN : 9782226480958

Sucre, l'ennemi public n° 1

Prédiabète, diabète, NASH, prise de poids... agissez avant qu'il ne soit trop tard

Auteur: Réginald Allouche

Éditeur : Albin Michel

Domaine :

Genres : Santé/bien-être/développement personnel

Mots-Clés : Glycémie - Nutrition - Diabète

La méthode de prévention simple pour bien connaître notre sensibilité au sucre, garder le contrôle et éviter les maladies du siècle.

Le sucre est désormais partout dans l'alimentation. Considéré à tort comme naturel, il ne fait pas l'objet d'études toxicologiques comme les autres additifs. Or, il fait des ravages. Savez-vous que 1 milliard d'humains étaient prédiabétiques en 2022 ? L'ambition du Dr Allouche est de sensibiliser, d'évaluer notre réponse au sucre en termes de glycémie, et de nous présenter une méthode de prévention précoce, personnalisée, simple et très concrète.

Ventes en France: 17 500 exemplaires