

Zéro sucre : mon année sans sucre, comment s'en libérer

Auteur Gerkens, Danièle

Titre Zéro sucre : mon année sans sucre, comment s'en libérer : enquête, témoignage et conseils pratiques / Danièle Gerkens.

Editeur Paris : J'ai lu , 2017.

Résumé Une enquête qu'a menée l'auteure à partir du constat que de plus en plus de médecins prônent une baisse drastique, voire un arrêt complet de la consommation de sucre. Présente une méthode pour arrêter ou diminuer de façon non contraignante sa consommation de sucre.

Sujets Diététique

Régimes pauvres en glucides

Sucre

Exemplaires

Support	Livre
Public	Adulte
Espace	Livres documentaires
Cote	640 GER
Disponibilité	disponible