

Giulia
Enders

LE CHARME
DISCRET
DE
L'INTESTIN

TOUT
SUR UN ORGANE
MAL AIMÉ...



LE CHARME DISCRET DE L'INTESTIN

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 sœur 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.

Née en 1990, Giulia Enders, passionnée de gastroentérologie, finalise sa thèse à l'université de Francfort. Motivée par la guérison de sa grave maladie de peau grâce à un changement radical de son alimentation, la jeune femme se penche sur les études les plus récentes de ce domaine. Premier prix de la Nuit des sciences de Berlin, où les jeunes chercheurs communiquent de la façon la plus originale le résultat de leurs études, son intervention a eu un succès faramineux sur la Toile. L'illustratrice Jill Enders, graphiste diplômée, participe dès le début au succès des travaux de sa sœur.

Traduit de l'allemand par Isabelle Liber



Giulia et Jill Enders

Illustration de couverture : © Jill Enders



9 782286 119379

LE CLUB

21.80



00476168