
LA MEILLEURE FAÇON DE MANGER

Le mythe de la santé à tout prix ne risque-t-il pas de nous faire perdre nos repères et nos bons réflexes alimentaires ? Ne conduit-il pas à culpabiliser les gros mangeurs et à valoriser les conduites anorexiques ? D'ailleurs, l'augmentation du nombre des obèses n'est-elle pas due en partie à leur trop grande médicalisation ?

Psychologues cliniciennes, Michelle Le Barzic et Marianne Pouillon analysent les désarrois du mangeur moderne, souvent perplexe devant la multiplication des recommandations alimentaires. Surtout, elles analysent les dangers que font courir à chacun d'entre nous, gros, mince ou maigre, les dérives de l'hygiénisme contemporain.

MICHELLE LE BARZIC
MARIANNE POUILLON

Depuis près de vingt ans, Michelle Le Barzic et Marianne Pouillon exercent dans le service de Nutrition de l'Hôtel-Dieu à Paris.

ISBN 2.7381.0643.9



9 782738 106438

En couverture : © Dave Cutler/SIS.

135 F