

Végan, végétarien, végétalien?

Choisir en connaissance de cause!



Dr Natasha Campbell-McBride
spécialiste en neurologie et en nutrition



Docteur en médecine, Dr Natasha Campbell-McBride est spécialisée en neurologie et en nutrition humaine. Elle a créé le concept **GAPS** ou **syndrome entéro-psychologique & entéro-physiologique** (Gut and Psychology & Physiology syndrome). Le Protocole nutritionnel GAPS est utilisé avec succès par des centaines de milliers de personnes dans le monde pour traiter des problèmes de santé chroniques, maladies mentales et troubles physiologiques divers. Dans son travail, elle a rencontré beaucoup de jeunes gens ayant choisi un mode de vie végétarien et qui, à la suite de ce choix, sont tombés gravement malades. Ce constat fut le point de départ d'une étude approfondie sur la valeur des aliments d'origine végétale en

comparaison avec les aliments d'origine animale. Ce livre en présente les résultats et fait une description scientifique complète de la façon dont ces deux types d'aliments sont traités par le corps humain. Cette information donne au lecteur une bonne compréhension de la manière dont il convient de se nourrir pour obtenir une santé et une vitalité optimales. Cette lecture est essentielle pour ceux qui envisagent d'adopter un mode d'alimentation basé sur les végétaux et il leur permet de prendre une décision avisée.

Le Dr Campbell-McBride nous éblouit à nouveau ! Sa contribution, caractérisée par l'intelligence, le bon sens et l'intégrité, nous entraîne pas à pas vers un équilibre nutritionnel dont elle dévoile ici les secrets. Ce n'est pas seulement une lecture obligée, c'est une pratique obligée !

*Dr Dietrich Klinghardt, docteur en médecine et en sciences,
fondateur de l'American Academy of Neural Therapy*

Cet ouvrage plein de bon sens et basé sur de solides avancées scientifiques nous explique rationnellement comment notre corps utilise la nourriture. Il permet à tous – bien portants, malades, parents – de comprendre l'impact des choix alimentaires, l'effet que les différents aliments exercent sur l'organisme, ainsi que les besoins de ce dernier. Ce livre devrait être une lecture obligatoire pour tous les adolescents, pour tous les parents, et pour toute personne aux prises avec la maladie ! Merci, Dr Campbell-McBride, d'avoir une nouvelle fois donné le jour à un chef-d'œuvre critique, une œuvre phare destinée à tous, un must en matière de santé publique !

*Dr Tom O'Bryan, chiropraticien, nutritionniste clinique certifié,
diplômé du Conseil américain de nutrition clinique*

Le Dr Natasha Campbell-McBride a renouvelé son exploit ! Comme dans ses précédentes publications, elle met fin à la désinformation et nous éclaire sur des points mal compris en matière de nutrition et de santé. Sa maîtrise des cas cliniques, son expérience personnelle et sa connaissance approfondie de la littérature médicale rendent cette lecture triplement captivante.

*Dr Shideh Pouria, docteur en médecine, licenciée en sciences,
membre du Collège royal des médecins (Royaume-Uni)*

Voici enfin un avis d'une experte de stature internationale, spécialiste de la digestion humaine, qui nous explique pourquoi le fait de manger des animaux est bon pour la santé ! Les violentes critiques qui font rage actuellement contre l'élevage et la consommation de viande vont devoir composer avec un redoutable ennemi : l'intestin humain. À mesure que le Dr Natasha Campbell-McBride analyse la question de la digestion humaine et son rapport aux animaux, on comprend clairement que les attaques accusant l'élevage en pâturage de détruire la planète sont infondées.

*Joel Salatin, producteur biologique, conseiller et auteur
Polyface Farm, Virginie, États-Unis*

CHF 32.-

En vente sur www.regimeGAPS.fr