

## Le cholestérol décrypté PDF

Jean-Michel Lecerf



*Ceci est juste un extrait du livre de Le cholestérol décrypté. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.*



Auteur: Jean-Michel Lecerf  
ISBN-10: 9782263072208  
Langue: Français  
Taille du fichier: 4999 KB

## LA DESCRIPTION

D'où vient le cholestérol ? Est-il utile ? Comment interpréter une analyse ? Faut-il le faire baisser ? Le cholestérol peut-il boucher les artères ? Que penser des statines ? Les statines naturelles sont-elles conseillées ? La diététique est-elle utile ? Que faut-il changer dans ses habitudes ? Y a-t-il un âge où il faut arrêter de s'en occuper ? Et chez la femme enceinte, l'enfant, la personne âgée... ? Quels sont les bons aliments contre le cholestérol ? Les laboratoires pharmaceutiques ont-ils un rôle positif ou négatif en incitant à la prescription ? Que penser des margarines anti cholestérol ? Le beurre est-il si mauvais ? Peut-on combattre le cholestérol par le sport ? A quoi servent les Oméga 3 ? Les acides gras saturés sont-ils tous mauvais ? Et la génétique dans tout cela ? Autant de questions que se pose le grand public et auxquelles cet ouvrage répond avec clarté et précision.

## **QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?**

Cholestérol : votre feuille d'analyse à la loupe Le taux de cholestérol sanguin représente l'un des principaux facteurs de risque ...

Alors qu'il concerne beaucoup de personnes, le cholestérol pose toujours question. Longtemps érigé en ennemi public numéro 1, il est aujourd'hui l'objet de ...

Le cholestérol décrypté, de Jean Michel LECERF (Auteur). Alors que l'on pensait qu'il ne suscitait plus de polémiques, le cholestérol revient au cœur des d...

## **LE CHOLESTÉROL DÉCRYPTÉ**

[Lire la suite...](#)