

Livre

Auteur(s) : Saldmann, Frédéric (1953-...) (Auteur)

Titre(s) : La vie et le temps [Texte imprimé] : les nouveaux boucliers anti-âge / docteur Frédéric Saldmann.

Editeur(s) : Paris : Flammarion, impr. 2011 (27-Mesnil-sur-l'Estrée : Impr. CPI Firmin-Didot).

Résumé : Que contient la graine d'un palmier vieille de 2000 ans pour réussir à renaître aujourd'hui ? Par quel secret le rat taupe nu atteint-il l'âge de 30 ans, soit l'équivalent de 600 ans chez l'homme, quand la souris se contente d'une espérance de vie de 3 ans ? Que recèlent certaines méduses pour rajeunir une fois arrivées à l'âge adulte ? Quelles leçons médicales tirer du rouget sébaste qui vit 200 ans, de la tortue qui atteint 175 ans ?.. Et pourquoi, si la nature permet de telles durées de vie, l'homme ne pourrait-il en faire autant ? De récentes avancées scientifiques montrent que vivre bien et beaucoup plus longtemps n'est en rien, pour nous, un rêve irréalisable. La prévention du vieillissement connaît une incroyable révolution. Aussi, à nous d'en tirer les leçons et de tout faire, au quotidien, pour profiter de ces avancées et gagner de précieuses années. Parce que les techniques existent aujourd'hui pour booster son immunité ; parce qu'il est possible de retarder l'âge d'apparition de la ménopause ; parce qu'effectuer un check-up microbien permet d'éliminer les germes qui accélèrent le vieillissement ; parce que certains aliments jouent le rôle de boucliers anti-âge... apprenez, grâce à ce livre, les gestes pratiques et les réflexes à adopter pour prolonger son espérance de vie. Conscient qu'il ne faut jamais que jeunesse se passe, le docteur Saldmann, dans cet ouvrage concret, fondé sur des données scientifiques nouvelles, livre une " ordonnance anti-âge " claire, efficace et ouvrant à tous un avenir inoxydable.

Notes : Bibliogr. p. 295-315.

Sujet(s) : Vieillesse ** Prévention Longévité



Exemplaires

Bibliothèque	Espace	Emplacement	Support	Cote	Utilisation	Situation	Date de retour	Consultation
Saint-Corneille	Adulte		Livre	612.67 SAL	Prêt normal	En rayon		