

Quand manger sain tourne à l'obsession

Manger sain peut aussi rendre malade. Le terme «orthorexia nervosa» désigne un trouble du comportement alimentaire dont souffrent les personnes obnubilées par l'ingestion de produits sains. Voulez-vous savoir si vous avez un rapport naturel à la nourriture? Faites le test de l'orthorexie sur le site internet de la Société Suisse de Nutrition www.sge-ssn.ch, à la page «Conseils et tests».

