Aliments ultra-transformés : la fabrique de l’envie

H24 aliments ultra-trans

Biscuits, snacks ou plats prêts-à-consommer, les aliments ultra-transformés (AUT) occupent une place considérable dans notre alimentation. Pourquoi est-il si difficile d’arrêter après avoir entamé un paquet et quel impact sur notre santé ? Explications avec Julie Equey, diététicienne au Service de nutrition et diététique.

Texte de l'article

Lisa Oberson
Spécialités
Étiquettes
Nutrition
Diététique
H24
Dossier