

Micronutrition et Nutrithérapie du Cerveau : Optimisation des fonctions cognitives et de la santé mentale

de Jérôme MANETTA

Sparte éditions 2026

ISBN : 978-2-9549976-8-1 – Prix 47,80 €

Référencement scientifique actualisé – Expertise indépendante du lobbying industriel

Sommaire

Introduction

- Etat des lieux

La physiologie générale

- Le cerveau
- *Références bibliographiques*
- La plasticité cérébrale
- Les cellules gliales et la neuroplasticité
- *Références bibliographiques*
- Le sommeil
- *Références bibliographiques*
- Le comportement alimentaire
- *Références bibliographiques*
- La mémoire
- *Références bibliographiques*
- Les émotions et les humeurs
- *Références bibliographiques*
- L'intelligence
- *Références bibliographiques*
- La libido
- *Références bibliographiques*
- Les questionnaires d'évaluation des neurotransmetteurs

- *Références bibliographiques*
- L'axe intestin-cerveau
- *Références bibliographiques*

Les pathologies du cerveau

- Les maladies psychiatriques

- La dépression
- Les addictions
- Les troubles du comportement alimentaire
- La schizophrénie
- La maladie bipolaire
- *Références bibliographiques*

- Les maladies neurodégénératives

- La maladie d'Alzheimer
- La maladie de Parkinson
- La sclérose en plaques
- *Références bibliographiques*

- Les autres maladies...

- L'autisme
- Le trouble déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH)
- L'épilepsie
- La migraine
- *Références bibliographiques*

Les recommandations générales en résumé...

Conclusion

Formation professionnelle continue en micronutrition et nutrithérapie approfondies

Index