



Tension et aliments

Le conseil du Pr Xavier Girerd

- ✓ « Certains aliments sont bénéfiques pour faire baisser la tension mais sont moins efficaces que les médicaments antihypertenseurs auxquels ils peuvent donner une efficacité supplémentaire. »

Le Chiffre FLAHS

- ✓ En 2019 en France métropolitaine, les Femmes de 35 ans et plus consommaient des quantités plus faibles de pain et de fromage que les Hommes

L'info recherche du Dr Marie-Catherine Wimart

- ✓ La consommation d'ail en complément alimentaire peut faire baisser la tension artérielle et augmenter, chez certains hypertendus, l'action des traitements médicamenteux.

L'invité : Dominique Anract, Président de la Confédération nationale de la Boulangerie Pâtisserie Française

- ✓ « Les consommateurs font de plus en plus attention à leur santé et sont assez sensibles à la quantité de sel contenue dans le pain. »