



Alimentation et cerveau

La peur au ventre, l'estomac noué, le manque de tripes... De nombreuses expressions témoignent de l'influence de notre ventre sur notre comportement et nos émotions. Notre ventre contient des millions de neurones mais aussi des milliards de bactéries qui contrôlent ce que nous mangeons et influencent en secret notre personnalité. Que se joue-t-il entre ventre et cerveau ? Une visite guidée via la bibliographie non exhaustive ci-dessous qui fait le point sur le sujet et qui se veut un écho au kiosque actus qui se tiendra le dimanche 6 mars 2016 au muséum.

Sommaire

Articles disponibles dans les bibliothèques

pp. 1-7

Webographie

pp. 8-14

Bibliographie : Bibliothèque Emile Cartailhac

pp. 15-16

Articles disponibles dans les bibliothèques

Avant de se nourrir, il faut choisir

Mais pourquoi mange-t-on trop salé ? : 12000 décès par an en France par Coralie Hancock dans **Science & Vie**, n°1181 de février 2016. pp. 38-44

Malgré les alertes sanitaires et les seuils fixés par l'OMS, les Français continuent de manger trop salé. Or, ce n'est pas de leur faute ! Et pour cause : à notre insu, l'industrie agroalimentaire met dans nos assiettes des aliments beaucoup trop salés. Jusqu'à quand ? L'enquête de Coralie Hancock.

Demain, tous végétariens ? Par Marie-Noëlle Delaby dans **Sciences et avenir**, n°825 de novembre 2015. pp. 76-77

Ce régime, qui exclut viandes et poissons tout en conservant oeufs et lait, peut offrir une alimentation équilibrée.

Fourchette ou baguettes ? Par Marie-Noëlle Delaby dans **Sciences et avenir**, n°823 de septembre 2015. pp. 76-77

Comment bien manger ? Avec quel ustensile ? Assis ou debout ? Seul avec sa tablette ou en compagnie ? De nombreux critères sont à prendre en compte pour atteindre un bon équilibre alimentaire.

Nourrir la planète en 2050 : un défi mondial ! Par Ariane Mélazzini-Déjean dans **Géo Ado**, n°149 de juillet 2015. pp. 22-31

Dossier de 4 articles.

Dans 35 ans, nous serons 9 milliards d'humains ! Pourrons-nous tous manger à notre faim tout en préservant la planète ? "Géo Ado" a tenté de percer les mystères de l'alimentation du futur. A table ! Sommaire. Qui mange quoi ? Climat, OGM : ça chauffe !. Demain, dans nos assiettes ? Ton menu 2.0.

De A à Z, 38 idées pour bien manger dans **Sciences et avenir**, n°819 de mai 2015. pp. 87-90, 92, 94, 96, 98, 100

Recadrer les règles du « bien manger », donner du sens à ce que notre corps et la science nous apprennent, sans verbiage mais avec le discernement et l'appui d'experts de l'alimentation : voilà l'objectif de cet abécédaire, qui répond, sous une forme ludique - en 38 suggestions dont 7 conseils essentiels - aux questions que se pose (ou devrait se poser) tout consommateur avant de composer ses repas.

L'ère culinaire : 15 questions sur l'alimentation dans **Sciences humaines**, n°251 d'oct 2013. pp. 30-59

Dossier de 15 articles.

Qu'allons-nous manger ? Combien de fois, depuis que l'homme a maîtrisé le feu, cette question a-t-elle résonné dans les cuisines du monde entier ? Mais à cette première question, c'est à vous qu'il appartient de répondre. Et c'est toute l'histoire de ce numéro qui s'est volontairement installée en cuisine. Car les réponses sont multiples : acheter un hamburger ? S'adonner au bio ? Entamer un régime ? Notre alimentation s'est considérablement enrichie, en graisse, en sucre, en viande... A tel point que ce ne sont plus les épidémies qui nous menacent, mais les maladies cardiovasculaires, l'obésité, les cancers souvent liés à nos modes de consommation. Se posent alors les questions de la malbouffe et du rôle des industries agroalimentaires. Sont-elles fiables ? Qu'avons-nous appris des crises alimentaires ? Nous nous focalisons sur les risques à un moment où paradoxalement notre espérance de vie n'a jamais été aussi grande. Qu'allons-nous manger ? C'est aussi la question lancinante que se posent ceux, certes de moins en moins nombreux, qui n'ont pas mangé hier, et pour qui le dollar, l'euro ou la roupie qu'ils ont dans la main ne leur donne pas beaucoup d'espoir pour demain. Comment alors nourrir le monde ? Un monde qui a pourtant forgé au fil de son histoire des cuisines inventives, riches de multiples saveurs. Si les Français disent avoir inventé la gastronomie, les Chinois affirment que leur cuisine repousse la mort, tandis que les Latino-Américains rappellent qu'ils ont offert au reste du monde la tomate, le maïs ou encore le cacao. Des fourneaux de Pékin, Mumbay, Paris, Mexico ou Marrakech sortent tous les jours des plats dignes des meilleurs chefs. Ceux qui fleurissent à la télé et que de plus en plus de Français suivent chaque semaine. Nous sommes, en cette ère culinaire, gourmands, inquiets, passionnés, et attentifs à tout ce qui concerne notre alimentation. Alors, qu'est-ce qu'on mange ce soir ?

Les 6 pièges à éviter pour moins manger par Elena Sender dans **Sciences et avenir hors-série**, n°174 d'avril 2013. pp. 40-45

Fait partie d'un dossier de 25 articles intitulé "Bien manger. La santé par le naturel". Nous nous pensons maîtres de nos comportements alimentaires. Erreur ! Car notre environnement fourmille de tentations subliminales.

FoodLab, ceux qui dissèquent nos assiettes par Elena Sender dans **Sciences et avenir**, n°792 de février 2013. pp. 8-12

A l'université Cornell, dans l'Etat de New York, des chercheurs scrutent nos comportements alimentaires. A la tête du laboratoire, Brian Wansink mène des expériences pionnières pour détecter les pièges qui nous incitent à manger trop.

Mangez sain en protégeant la planète dans **Sciences et avenir**, n°752 d'octobre 2009. pp. 50-67

Dossier de 6 articles

De plus en plus d'études scientifiques montrent qu'il est possible de mieux préserver l'environnement en étant plus vigilant sur ses choix alimentaires.

Les choix alimentaires des primates par Bruno Simmen dans **Pour la science**, n°255 de janvier 1999. pp. 84-91

La comparaison des populations de primates et des populations humaines révèle le fondement biologique des comportements alimentaires de notre espèce.

Saveurs, flaveurs, odeurs, goûts

Nos sens ne servent à rien, ou presque par Anne Lefèvre-Balleydier dans **La Recherche hors-série**, n°15 d'octobre 2015. pp. 58-61

Numéro hors-série consacré à la conscience.

Odeur, ouïe, vue, toucher et goût ne jouent pas un rôle majeur dans notre représentation du monde. Car le cerveau construit le monde de l'intérieur en s'appuyant sur son activité électrique spontanée et permanente, et non sur des indices sensoriels.

Les nourritures beurk ! Par Paul Lasinski dans **Science et Vie. Découvertes**, n°188 d'août 2014. pp. 42-45

Si tu détestes les épinards ou le foie, que vas-tu dire devant les plats du monde qui semblent ultradégoûtants ?

« **Le gosier propose, le cerveau dispose !** » par Vincent Réa dans **Sciences et avenir hors-série**, n°174 d'avril 2013. pp. 36-37

Fait partie d'un dossier de 25 articles intitulé "Bien manger. La santé par le naturel".

En scientifique gourmet, Jean-Didier Vincent décrit la subtile mécanique neurologique qui transforme toute expérience gustative en souvenir indélébile.

A la recherche du pain perdu par Vincent Réa dans **Sciences et avenir hors-série**, n°174 d'avril 2013. pp. 74-77

Fait partie d'un dossier de 25 articles intitulé "Bien manger. La santé par le naturel". Après des années de baguette insipide, les boulangers retournent au pétrin travailler farines bisées et levain. Et ouvrent au pain le champ de la gastronomie.

Chercheurs d'arômes : des chimistes qui ont du nez par Clara Delpas dans **Sciences et avenir hors-série**, n°174 d'avril 2013. pp. 32-34

Fait partie d'un dossier de 25 articles intitulé "Bien manger. La santé par le naturel". Jonglant avec la vanille naturelle et le chou vert synthétique, les aromaticiens créent les saveurs de demain. Pour le plus grand profit de l'industrie agro-alimentaire.

Le sens qui donne du goût à la vie par Sylvie Briet dans **Sciences et avenir hors-série**, n°174 d'avril 2013. pp. 26-30

Fait partie d'un dossier de 25 articles intitulé "Bien manger. La santé par le naturel". Comment le goût vient aux enfants, pourquoi un vin nous semble minéral... A Dijon, cent cinquante chercheurs testent nos appétences et aversions.

Des goûts et des récepteurs par Hervé This dans **Pour la science**, n°421 de novembre 2012. p. 93

L'être humain perçoit la saveur du calcium et le récepteur papillaire correspondant vient d'être identifié.

Améliorer le pistou par Hervé This dans **Pour la science**, n°406 d'août 2011. p. 93

Le goût et la longueur en bouche de la préparation dépendent de sa microstructure. On peut enrichir celle-ci en réconciliant tradition et modernité.

La nouvelle physiologie du goût : pourquoi nous aimons manger dans **La Recherche**, n°443 de juillet 2010. pp. 42-83

Dossier de 12 articles.

Lorsque l'on demande aux Français la raison pour laquelle ils s'attablent, le plaisir vient en seconde position, juste après la nécessité pour vivre (voir p. 68). C'est ce plaisir que "La Recherche" a voulu explorer cet été. Il faut dire que le goût pour la bonne chère fait l'objet de nombreuses études, fructueuses. En dix ans, les scientifiques ont découvert les récepteurs qui permettent à nos papilles - et à notre cerveau - de percevoir le goût du sucré ou de l'amer. Ils comprennent mieux comment nos gènes influent sur nos choix alimentaires. Et ils commencent à lever le voile sur l'addiction, côté obscur du plaisir gustatif.

Le fumet contrôlé par Hervé This dans **Pour la science**, n°393 de juillet 2010. p. 91

Insérons les saveurs dans les phases aqueuses et les odeurs dans la phase grasse. Mais attention : l'odeur dépend du contenu de la graisse de la sauce !

Pensons à l'individu qui mange... puisqu'il est seul juge de ce que nous cuisinons par Hervé This dans **Pour la science**, n°391 de mai 2010. p. 99

Le goût du gras par Hervé This dans **Pour la science**, n°362 de décembre 2007. p. 6

Les dents de l'amer par Hervé This dans **Pour la science**, n°351 de janvier 2007. p. 4

Les dents sont indispensables à une bonne perception du goût (sucré, salé, amer) des aliments.

L'aliment... terre par Hervé This dans **Pour la science**, n°339 de janvier 2006. p. 4

Les récipients d'argile modifient les mets en apportant des saveurs autrefois appréciées, ou en éliminant, par piégage, des molécules indésirables comme les tanins.

Quand le cerveau a du nez par Jean-Pierre Montmayeur dans **La Recherche**, n°382 de janvier 2005. pp. 58-59

Le 10 décembre 2004, l'Américaine Linda Buck a reçu le prix Nobel 2004 de physiologie-médecine. Elle est la septième femme à être ainsi distinguée en l'espace d'un siècle. En 1991, alors qu'elle travaillait dans le laboratoire de Richard Axel, colauréat du prix, elle a découvert les récepteurs olfactifs.

La saveur dans le cerveau par Hervé This dans **Pour la science**, n°258 d'avril 1999. p. 16

Par résonance magnétique nucléaire, on identifie les aires activées lors de la perception des saveurs.

Nutrition et vieillissement du cerveau

La prévention d'Alzheimer au menu par Marie-Noëlle Delaby dans **Sciences et avenir**, n°823 de septembre 2015. pp. 70-73

Des chercheurs américains ont mis au point Mind, un régime préventif contre la maladie d'Alzheimer. Inspiré de la diète méditerranéenne, il serait plus ciblé, plus facile à suivre et surtout... efficace. Une piste prometteuse.

Pourquoi consommer 5 fruits et légumes par jour ? Par Marie-Noëlle Delaby dans **Sciences et avenir**, n°797 de juillet 2013. pp. 74-75

Ces portions, recommandées par les programmes de santé publique, ont été calculées pour garantir un apport minimum de nutriments indispensables à la prévention du vieillissement, de certains cancers et des maladies cardio-vasculaires.

Alzheimer : comment réduire les risques par Olivier Tickell dans **L'Ecologiste**, n°24 d'octobre 2007. pp. 13-15

La France compte en 2007 environ 860 000 personnes touchées par la maladie d'Alzheimer. Nicolas Sarkozy vient d'annoncer un plan spécial pour financer la recherche et le traitement.

Désordres nutritionnels

Régime « paléo », un retour aux sources par Marie-Noëlle Delaby dans **Sciences et avenir**, n°822 d'août 2015. pp. 60-62

Cette diète très en vogue permettrait de s'affranchir des maladies de nos sociétés modernes, comme le diabète et l'obésité, en s'alimentant comme les chasseurs-cueilleurs du paléolithique. Génétique à l'appui. Est-ce bien sérieux ?

Nourriture « sans gluten » : le grand malentendu par Kheira Bettayeb dans **Science & Vie**, n°1175 d'août 2015. pp. 32-35

Loué par le n° 1 mondial du tennis Novak Djokovic, auteur d'un livre sur le sujet et ambassadeur depuis fin 2014 des produits sans gluten de la marque Gerblé, ce régime ne cesse de faire des adeptes. Le site "sortirsansgluten.com" a déjà référencé près de 160 restaurants proposant des plats sans gluten dans 100 villes françaises, dont 36 à Paris.

Anorexie : la piste bactérienne par Kheira Battayeb dans **Science & Vie**, n°1174 de juillet 2015. pp. 82-86

Alors qu'une loi sanctionne l'apologie de la maigreur extrême, Kheira Bettayeb a interrogé les chercheurs sur l'anorexie. Ils ne lui ont pas parlé "psy" mais "bactéries" !

« Le problème du gluten est un symptôme de nos mauvaises pratiques alimentaires » par Sean Bailly dans **Pour la science**, n°453 de juillet 2015. pp. 18-20

La vague du « sans gluten » est-elle un simple effet de mode ? Pas seulement. Les maladies liées au gluten sont en augmentation et témoignent des dérives de notre alimentation, explique Christian Rémésy.

Les pays du Sud sont de plus en plus touchés par la malbouffe d'Yves Sciama dans **Science & Vie**, n°1174 de juillet 2015. pp. 32-33

Infographie.

A quelques exceptions près, seuls les pays riches sont en train de réduire leur consommation d'aliments trop gras, salés et sucrés. Des aliments qui, en revanche, envahissent de manière explosive les pays du Sud. C'est ce qui ressort du premier bilan planétaire, sur 20 ans, de l'évolution de cet aspect particulier de l'alimentation humaine.

Bien manger est-il réservé aux riches ? Par Weronika Zarachowicz dans **Télérama**, n°3345 du 19 février 2014. pp. 38-39

Les pauvres sont les plus touchés par la malbouffe et l'obésité. Bien manger est aussi une question de culture. Comment lutter face aux lobbys alimentaires ?

L'obésité. Une maladie sociale ? Par Catherine Halpem dans **Sciences humaines**, n°223 de février 2011. pp. 20-25

Dossier de 5 articles.

La progression de l'obésité dans le monde en ferait l'un des premiers problèmes de santé publique. Les sciences humaines sont précieuses pour comprendre les facteurs sociaux de l'obésité, mais aussi pour mettre à jour la stigmatisation dont les obèses sont plus que jamais l'objet.

Faut-il compléter son alimentation ? Par Patricia Chairopoulos dans **Sciences et avenir**, n°757 de mars 2010. pp. 42-43

Minceur, tonus, beauté, troubles cardio-vasculaires, ménopauses... Les cibles des compléments alimentaires se déclinent à l'infini et leur gamme s'élargit sans cesse. Un Français sur dix en consomme régulièrement. Mirage ou miracle ? Les études concernant leur impact - positif ou négatif - sur la santé sont contradictoires, et en France certains d'entre eux font l'objet d'un dispositif de vigilance mis en place par l'Afssa.

Intestins et bactéries

La flore intestinale influe sur notre appétit par Pierre Kaldy dans **Sciences et avenir**, n°815 de janvier 2015. pp. 62-65

Les bactéries présentes dans les intestins ont une action beaucoup plus importante que de simplement faciliter la digestion. Et si notre flore intestinale était responsable de troubles alimentaires comme l'anorexie et la boulimie ? Explications.

Obésité, la flore intestinale en cause par Philippe Gérard dans **Pour la science**, n°447 de janvier 2015. 34-40

Fait partie d'un dossier de 3 articles intitulé "Ces bactéries qui nous gouvernent". Certains microbiotes intestinaux favorisent le développement de l'obésité et des pathologies associées, telle diabète. Modifier leur composition pourrait aider à combattre ces maladies.

Edulcorants, microbiote et intolérance au glucose : un lien direct ? Par Benjamin Le Sant dans **La Recherche**, n°494 de décembre 2014. pp. 22-23

Des substituts au sucre, administrés à haute dose à des souris, ont provoqué chez celles-ci une intolérance au glucose, caractérisée par une élévation du taux de glucose dans le sang.

Nos bactéries prédisent notre tour de taille par Karine Clément dans **La Recherche**, n°487 de mai 2014. pp. 50-53

La composition de notre flore intestinale - ou microbiote - a un retentissement majeur sur l'obésité et les maladies associées. Tout indique qu'une faible diversité constitue un facteur de risque.

La flore intestinale améliore l'efficacité de la chirurgie par Jean-Philippe Braly dans **La Recherche**, n°476 de juin 2013. pp. 30-31

La chirurgie by-pass peut venir à bout d'une obésité sévère, mais son effet est aussi lié aux modifications de la flore intestinale qu'elle engendre.

Une bactérie pour lutter contre l'inflammation chronique de l'intestin par marie-Neige Cordonnier dans **Pour la science**, n°422 de décembre 2012. p. 6

Des biologistes ont protégé des souris contre cette pathologie en libérant dans leur intestin, grâce à une bactérie, une protéine humaine aux propriétés anti-inflammatoires.

A chacun son groupe de bactéries intestinales par Hervé Ratel dans **Sciences et avenir**, n°772 de juin 2011. p. 40

Un consortium de chercheurs vient de découvrir que la flore intestinale se divise en trois entérotypes, à la manière des groupes sanguins.

Ces bactéries qui font l'homme dans **La Recherche**, n°430 de mai 2009. pp. 30-44
Dossier de 5 articles

Notre corps est un repaire de bactéries. Lorsque nous sommes adultes, nos en hébergeons au minimum cent mille milliards. Cette flore microbienne, notre "microbiote", forme des écosystèmes complexes sur notre peau et dans la moindre de nos cavités.

Le système nerveux intestinal

Les maladies mentales viennent-elles du ventre ? Par Valérie Daugé dans **Pour la science**, n°447 de janvier 2015. pp. 42-48

Fait partie d'un dossier de 3 articles intitulé "Ces bactéries qui nous gouvernent". Les indices d'une implication des bactéries intestinales dans certaines maladies mentales s'accumulent. Faut-il soigner celles-ci par le ventre plutôt que par le cerveau ?

Flore intestinale et obésité de Jean-Philippe Braly dans **La Recherche**, n°493 de novembre 2014. p. 83

Fait partie du Cahier spécial "Prix La Recherche 2014"

Pourquoi certains obèses développent-ils des complications métaboliques et pas d'autres ? La diversité de la flore intestinale jouerait un rôle.

Un lien entre flore intestinale et complications de l'obésité par Jean-Philippe Braly dans **La Recherche**, n°481 de novembre 2013. pp. 28-29

Une flore intestinale dont les bactéries sont diversifiées accroît le risque de développer des maladies liées.

La transplantation fécale pour soigner les intestins par Jean-Philippe Braly dans **La Recherche**, n°474 d'avril 2013. pp. 8-10

Soigner une grave infection intestinale en injectant des selles de donneurs sains dans l'intestin des malades se révèle nettement plus efficace qu'un traitement par antibiotiques.

Ventre, notre deuxième cerveau par Elena Sender dans **Sciences et avenir**, n°784 de juin 2012. pp. 48-61

Dossier de 3 articles.

Que sait-on réellement de notre ventre ? Rien, ou presque, sinon qu'il se manifeste parfois douloureusement. Et pourtant, depuis quelques années, la recherche accumule les indices qui font de cet organe rien de moins... qu'un deuxième cerveau ! Tapissé de neurones - autant que dans la moelle épinière -, producteur de sérotonine - un neurotransmetteur clé du système nerveux -, il dialogue en permanence avec l'encéphale. Et ce que révèlent ces échanges, qui commencent à peine à être décryptés, ouvre des horizons insoupçonnés, voire vertigineux : les milliards de bactéries qui peuplent l'intestin, formant ainsi notre "carte d'identité" gastro-intestinale, influencent-elles notre comportement ? Pourrions-nous demain traiter nos maux de ventre avec des antidépresseurs ? Les fameux bifidus - réputés "actifs à l'intérieur" pour que "ça se voit à l'extérieur" comme l'a martelé un célèbre slogan publicitaire - aideraient-ils également à lutter contre le stress ? Autant de questions auxquelles "Sciences et Avenir" apporte des réponses inédites.

Parkinson : l'incroyable hypothèse ! Par Mathieu Nowak dans **Science & Vie**, n°1130 de novembre 2011. pp. 98-102

Et si la maladie de Parkinson n'était pas une pathologie du cerveau, mais... une maladie infectieuse, qu'un pathogène déclencherait dans les intestins ? Emise depuis une dizaine d'années, cette hypothèse "incroyable" commence à devenir crédible. Or, une infection, ça se soigne !

Webographie

Avant de se nourrir, il faut choisir

Dimensions socioculturelle et psychologique de la nourriture : Comment les hommes ont-ils opéré leurs choix d'aliments et organisé leur consommation alimentaire au fil des siècles ? À côté d'un certain nombre de prédispositions biologiques que l'on commence à mieux connaître, on mesure aussi aujourd'hui le poids déterminant des facteurs psychologiques et culturels.

http://promo2004.2007.free.fr/PSY3/PSY3_TR/PSY3_TR_grpeA_nourriture_sociocul_psycho.html

Les comportements alimentaires. Quels en sont les déterminants ? Quelles actions, pour quels effets ? : Le terme "comportement alimentaire" inclut l'approche physiologique de la prise alimentaire, le régime alimentaire qui représente la nature, la qualité, la diversité et la quantité des aliments consommés et la manière dont ils sont préparés, ainsi que les dimensions socioculturelles liées à l'approvisionnement, au choix des produits, à l'horaire et à la structure des repas. Dans ce rapport, nous emploierons les termes de comportements, d'habitudes et de pratiques alimentaires dans une acception large.

<http://prodinra.inra.fr/ft?id=26A667B7-4619-4307-9B6C-C05EC8E32EE8>

L'alimentation humaine : entre nature et culture : Comment les hommes ont-ils opéré leurs choix d'aliments et organisé leur consommation alimentaire au fil des siècles ? À côté d'un certain nombre de prédispositions biologiques que l'on commence à mieux connaître, on mesure aussi aujourd'hui le poids déterminant des facteurs psychologiques et culturels.

<http://www1.rfi.fr/fichiers/MFI/Sante/856.asp>

Le processus de choix alimentaire et ses déterminants : vers une prise en compte des caractéristiques psychologiques du consommateur : Une première étape consistera d'abord à comprendre la complexité des comportements alimentaires, et les conséquences qui peuvent en découler (Chapitre 1). La spécificité de la consommation alimentaire est appréhendée dans ses multiples dimensions, symboliques, sociologiques, physiologiques, psychologiques ou économiques ; elle justifie sa prise en compte en tant que champ d'application particulier et non générique du marketing. Sur cette base, les modèles de choix alimentaires émanant d'approches disciplinaires variés sont présentés de manière relativement exhaustive. Ils mettent en lumière l'accord implicite des théoriciens pour prendre en compte les déterminants individuels non seulement biologiques mais aussi psychologiques. Les modèles les plus récents s'interrogent sur la nature expérientielle de la consommation alimentaire.

<https://hal.archives-ouvertes.fr/tel-01259793/document>

Saveurs, saveurs, odeurs, goûts

Le lien entre goût et odorat : Un goût est une composition de saveurs, perçues par la langue et d'odeurs perçues par le nez. Le goût nous permet de percevoir les saveurs par le biais de chémorécepteurs se trouvant sur la langue. Les chémorécepteurs sont des cellules nerveuses (qui constituent le système nerveux) capables de détecter des substances chimiques et de relayer cette information vers le système nerveux central.

<http://tpeanalysesensorielle.e-monsite.com/pages/i-le-lien-entre-gout-et-odorat.html>

La localisation des goûts, sur la langue et dans notre cerveau : Le goût est un sens bien méconnu. On a par exemple longtemps cru que les différents goûts étaient perçus par des régions différentes de notre langue. Alors qu'il n'en est rien ! Du côté des neurones, les zones du cerveau impliquées dans l'identification des goûts sont elles aussi encore mal comprises. Quelques publications récentes permettent de lever un peu le voile sur ces mystères. Alors penchons-nous sur le fonctionnement du goût, depuis les papilles de notre langue jusqu'aux neurones de notre cerveau.

<https://scienctonnante.wordpress.com/2011/09/19/la-localisation-des-gouts-sur-la-langue-et-dans-le-cerveau/>

Des papilles au cerveau, les secrets du goût : Mais qu'est-ce que le goût ? Nous avons tous nos saveurs préférées, ceci provient de multiples facteurs incluant l'éducation, les pratiques culturelles, mais aussi des facteurs génétiques

<http://www.futura-sciences.com/magazines/sante/infos/actu/d/medecine-papilles-cerveau-secrets-gout-2591/>

Comment le goût est-il influencé par l'odorat et la vue ? : Le goût est une composition de saveurs, perçues par la langue et d'odeurs perçues par le nez et qui remonte par le conduit rétro-nasal : c'est la rétro-olfaction; c'est donc une combinaison des arômes et des saveurs par le biais de chémorécepteurs se trouvant sur la langue. Les chémorécepteurs sont des cellules nerveuses (qui constituent le système nerveux) capables de détecter des substances chimiques et de relayer cette information vers le système nerveux central.

<http://mangerbougerdormirjouer.blogspot.fr/>

La naissance du goût : Dans l'immense majorité de nos expériences alimentaires et gustatives, tous nos sens, sont, de manière consciente ou inconsciente, concernés. Les spécialistes de neurobiologie sensorielle préfèrent aujourd'hui parler d'une représentation multisensorielle de « l'objet » dégusté .

http://www.google.fr/url?url=http://accs.ens-lyon.fr/accs/ressources/neurosciences/archives- formations/neuro_apprentiss_2/ateliers/ranc-faverjon/la%2520naissance%2520du%2520gout.doc&rct=j&frm=1&q=&esrc=s&sa=U&ved=0ahUKEwioj-PQ8vHKAhUIDJoKHXOUDRU4KBawCDIwBg&usg=AFQjCNEhBnvrJZEh19oHkEYrcP3PGjrUNQ

Nutrition et vieillissement du cerveau

Les effets de notre alimentation sur la santé du cerveau : Certains éléments présents dans les aliments permettent de prévenir le vieillissement du cerveau et donc les pathologies neurodégénératives.

<http://www.lesoir.be/489246/article/actualite/sciences-et-sante/2014-03-09/effets-notre-alimentation-sur-sante-du-cerveau>

Épilepsie : on a compris comment l'alimentation influence le cerveau : Depuis la nuit des temps, les épileptiques savent contrôler leur maladie en adoptant un régime alimentaire particulier. Dans une nouvelle étude, des neurologues suisses et états-uniens viennent d'établir un lien direct entre le métabolisme des neurones et l'activité du cerveau. Cette découverte ouvre la voie de nouveaux traitements de certaines maladies neurologiques.

<http://www.futura-sciences.com/magazines/sante/infos/actu/d/medecine-epilepsie-on-compris-alimentation-influence-cerveau-51800/>

Santé du cerveau : l'alimentation idéale pour chaque âge de la vie : Le cerveau n'est pas, comme on a pu parfois l'imaginer, un donneur d'ordres suprême nullement affecté par de basses besognes comme manger et digérer. Bien au contraire, il reçoit du système digestif des molécules (acides gras, vitamines, acides aminés...) qui constituent autant de signaux qui le conduisent à adopter tel ou tel comportement ou à mieux réguler tel ou tel processus. Les chercheurs Inra ont entrepris l'immense tâche de mettre en lumière les relations entre la nutrition et les fonctions cérébrales. Les résultats se bousculent et montrent que, quel que soit l'âge de l'individu, l'alimentation est fondamentale pour la santé du cerveau.

<http://www.inra.fr/Grand-public/Alimentation-et-sante/Tous-les-dossiers/Cerveau-et-nutrition>

Mieux manger pour mieux vieillir : une stratégie gagnante : Parmi les facteurs environnementaux qui conditionnent la qualité du vieillissement, à côté des activités physiques et des activités sociales qui ont aussi une place prépondérante, la nutrition apparaît comme un élément clef d'un vieillissement harmonieux. Plusieurs études épidémiologiques soulignent le lien entre nutrition et santé chez le sujet vieillissant : la nutrition influence la durée et la qualité de vie et le vieillissement intervient sur le statut nutritionnel... donc pas de retraite pour la fourchette !

<http://www.alimentation-sante.org/wp-content/uploads/2013/10/DP-17102013.pdf>

Nutrition et vieillissement cérébral : Les études montrent de plus en plus clairement le rôle que pourrait jouer l'alimentation dans la protection contre le vieillissement cérébral, le déclin cognitif lié à l'âge et les démences. Il est difficile d'attribuer spécifiquement à un nutriment des effets protecteurs, car les nutriments associés dans l'alimentation y exercent des effets synergiques. Il n'existe sans doute pas de nutriment "miracle" pour le cerveau, mais une synergie d'effets de nutriments à dose nutritionnelle telle que peut apporter une alimentation variée et équilibrée. Les études d'intervention avec des suppléments à haute dose se sont pour la plupart avérées très décevantes, à part quelques exceptions. La recherche doit donc poursuivre ses efforts pour identifier le moment optimal d'une supplémentation éventuelle.

<http://institutdanone.org/objectif-nutrition/nutrition-et-vieillissement-cerebral/dossier-nutrition-et-vieillissement-cerebral/>

Nutrition lipidique et déclin cognitif lié à l'âge, pour un bien vieillir du cerveau : Les dépenses de santé dans les années à venir sont déterminées par les conséquences du

vieillissement cérébral sur la cognition et le développement de pathologies neurodégénératives comme la maladie d'Alzheimer. Outre les risques génétiques et l'âge, les principaux facteurs de risque d'un mauvais vieillissement cérébral sont environnementaux. L'alimentation fait partie des nouvelles pistes de recherche pour le mieux vieillir du cerveau et retarder le développement d'altération de la cognition des personnes âgées.

<https://www.google.fr/url?>

<url=https://www6.inra.fr/ciag/content/download/5208/40698/file/Vol33-5-Pallet.pdf&rct=j&frm=1&q=&esrc=s&sa=U&ved=0ahUKEwjkt7qZ9fHKAhUIQpoKHThsC1AQFggMAM&usg=AFQjCNGUJlqVAIOcUpHoWEvKOHRX9-ch2w>

Une alimentation riche en graisses entraînerait des troubles de l'humeur : Une équipe de chercheurs de Montréal a mis en évidence qu'une alimentation riche en graisses peut provoquer d'importants dysfonctionnements de la dopamine mésolimbique. Ce neurotransmetteur est directement impliqué dans le circuit de la récompense dont découlent les troubles de l'humeur et les conduites toxicomaniaques.

<http://www.futura-sciences.com/magazines/sante/infos/actu/d/cerveau-alimentation-riche-graisses-entraînerait-troubles-humeur-59031/>

Cerveau. Manger plus sainement ne protège pas que vos artères : Une vaste étude menée sur près de 28.000 personnes dans 40 pays met en évidence un lien possible entre la préservation des capacités cognitives et une alimentation saine et équilibrée.

<http://www.sciencesetavenir.fr/sante/20150513.OBS8891/cerveau-manger-plus-sainement-ne-protège-pas-que-vos-arteres.html>

Désordres nutritionnels

Mieux comprendre les troubles du comportement alimentaire : Le professeur Jean-Luc Vénisse est l'un des pionniers, en France, dans la prise en charge des personnes atteintes de troubles du comportement alimentaire. Il souligne la nécessité de faire " plus et mieux " pour prévenir, accompagner, soigner les anorexiques et les boulimiques. Pour ce faire, il faut bousculer les idées reçues, travailler en réseau et épauler les professionnels. Enfin, il est temps d'admettre que l'anorexie et la boulimie sont de véritables addictions, souligne ce spécialiste, qui en appelle à une véritable mobilisation.

<http://www.inpes.sante.fr/SLH/articles/394/01.htm>

Les troubles alimentaires : L'incidence des troubles alimentaires, selon les experts, augmente de façon dramatique. Sur 100 femmes de 12 à 25 ans, une serait anorexique et 5 boulimiques. C'est de plus en plus inquiétant et il faut réagir, intervenir car les pressions sociales que subissent les femmes quant à la minceur ne cessent pas. Nous allons vous exposer les conséquences physiques et psychologiques de l'anorexie, la boulimie et la compulsions alimentaires

http://www.umoncton.ca/umcm-saee/files/saee/wf/wf/PSY48_Les_troubles_alimentaires.pdf

Les troubles du comportement alimentaire (TCA) : Anorexie et boulimie. Ce sont les deux troubles majeurs du comportement alimentaire Et ce sont les plus répandus. Mais connaissez-vous l'hyperphagie, l'orthorexie ou encore la néophobie alimentaire ? Ils viennent compléter la liste des TCA, ces troubles qui touchent essentiellement les femmes (environ une sur dix en France).

<http://www.psychologies.com/Moi/Problemes-psy/Anorexie-Boulimie/Articles-et-Dossiers/Les-troubles-du-comportement-alimentaire-TCA>

Le cerveau participe aux troubles du comportement alimentaire : L'examen des composantes neurologiques des troubles du comportement alimentaire a été réalisé par différents scientifiques, qui ont réuni leurs résultats au Congrès Neurosciences 2012 (la Nouvelle Orléans). La conclusion générale est que des mécanismes biologiques cérébraux contribuent aux problèmes du comportement alimentaire et inversement, des troubles métaboliques peuvent affecter le fonctionnement cérébral.

http://www.lequotidiendumedecin.fr/actualites/article/2012/10/17/le-cerveau-participe-aux-troubles-du-comportement-alimentaire_628922

L'intestin à l'origine des troubles du comportement alimentaire ? : Les troubles du comportement alimentaire (TCA) tels que l'anorexie mentale, la boulimie ou encore l'hyperphagie touchent environ 5% à 10% de la population. L'équipe de Sergueï Fetissov de l'INSERM a étudié les liens entre l'intestin et le cerveau qui pourraient expliquer ce dérèglement.

<http://www.sante-et-nutrition.com/intestin-et-troubles-du-comportement-alimentaire/>

Régulation de l'appétit et troubles du comportement alimentaire : L'appétit existe dans les formes de vie les plus évoluées afin de réguler la quantité d'énergie nécessaire aux besoins métaboliques. C'est un mécanisme qui est régulé naturellement de manière très fine pour assurer les besoins énergétiques, les compenser avec les dépenses, et ainsi, optimiser les chances de survie. Comprendre les mécanismes qui régissent l'appétit, la satiété... est une affaire importante et complexe, lorsqu'un adulte est concerné, lorsqu'un être en croissance est concerné, donc, aux différents âges de la vie et dans différentes situations physiologiques. Cependant, il semble qu'aujourd'hui, dans les pays développés, cette régulation naturelle de l'appétit et de la prise alimentaire soit de plus en plus problématique.

http://www.fondation-louisbonduelle.org/uploads/tx_flbnews/Monographie_Appetit_et_troubles_du_comportement_alimentaire_01.pdf

L'influence du cerveau sur notre comportement alimentaire : Comment expliquer nos excès alimentaires et la raison pour laquelle nous consommons plus de calories que nous n'en dépensons ? La nourriture est-elle une façon de nous récompenser et le stress peut-il nous pousser à manger plus ? Voici quelques-unes des questions auxquelles une étude européenne sur l'alimentation tente de répondre

<http://www.i-dietetique.com/articles/l-influence-du-cerveau-sur-notre-comportement-alimentaire/9208.html>

L'alimentation a-t-elle de vrais effets sur notre cerveau ? : Oui, bien manger améliore notre santé mentale et nos facultés cérébrales. Mais trop se préoccuper de notre assiette est aussi responsable de nombreux troubles psychiques.

http://www.cerveauetpsycho.fr/ewb_pages/a/article-l-alimentation-a-t-elle-de-vrais-effets-sur-notre-cerveau-35679.php

Intestins et bactéries

Les bactéries intestinales informent le cerveau lorsqu'elles sont rassasiées : "Vous reste-t-il encore de la place pour un dessert?" Les bactéries présentes dans votre intestin pourraient bien vouloir vous dire quelque chose. Vingt minutes après la prise d'un repas, ces bactéries produisent des protéines qui peuvent interrompre la prise alimentaire chez les animaux, selon une étude publiée le 24 novembre dans la revue Cell Metabolism. Les chercheurs de l'Inserm et de l'université de Rouen montrent également comment ces protéines injectées dans des souris et des rats agissent sur le cerveau, en réduisant l'appétit. Cette découverte indique que les bactéries intestinales pourraient réguler la quantité de nourriture que nous ingérons et les moments auxquels nous avons faim.

<http://www.inserm.fr/espace-journalistes/les-bacteries-intestinales-informent-le-cerveau-lorsqu-elles-sont-rassasiees>

La flore intestinale influence notre appétit : Les bactéries présentes dans les intestins ont une action beaucoup plus importante que de simplement faciliter la digestion. Et si notre flore intestinale était responsable de troubles alimentaires comme l'anorexie et la boulimie ? Explications.

<http://www.sciencesetavenir.fr/sante/20141229.OBS8978/la-flore-intestinale-influence-notre-appetit.html>

Microbiote: des bactéries qui nous veulent du bien : Il pèse entre un et cinq kilos, vit dans vos intestins et se nourrit de ce que vous avalez. Mais loin de vous être hostile, le microbiote est votre indispensable allié.

<https://lejournal.cnrs.fr/articles/microbiote-des-bacteries-qui-nous-veulent-du-bien>

Bien dans son intestin, bien dans sa tête : On a longtemps cru que les maux d'estomac reflétaient nos soucis. En réalité, ils pourraient bien en être à l'origine et une bonne alimentation pourrait changer notre moral.

<http://madame.lefigaro.fr/bien-etre/bien-dans-son-intestin-bien-dans-sa-tete-180915-98330>

Les relations entre intestin et cerveau (audio) : C'est un sujet qui fait l'objet de recherches de plus en plus nombreuses : la composition de notre microbiote intestinal joue un rôle fondamental sur notre santé. Ce microbiote regroupe l'ensemble des micro-organismes qui colonisent notre tube digestif : les bactéries, les levures, les champignons, les virus. Ces micro-organismes sont très nombreux : cent mille milliards.

<http://www.franceinfo.fr/emission/c-est-ma-sante/2015-2016/les-relations-entre-intestin-et-cerveau-05-01-2016-06-25>

Microbiote intestinal, entre espoirs et promesses : Les antibiotiques sont parmi les avancées médicales majeures du XXe siècle. Et paradoxalement, ce sont peut-être les bactéries qui permettront à la médecine du XXIe siècle de faire des progrès considérables. Le développement fulgurant des techniques de séquençage génétique ces dix dernières années a remis au centre des préoccupations scientifiques des micro-organismes jusqu'ici délaissés: les 100.000 milliards de bactéries de la flore intestinale.

<http://sante.lefigaro.fr/actualite/2014/11/16/23053-microbiote-intestinal-entre-espoirs-promesses>

Guérir des maladies mentales en soignant l'intestin, ce « deuxième cerveau » ? : Nul hôpital psychiatrique ni médicament ne parvenaient à guérir Mary de ses troubles obsessionnels compulsifs et de ses troubles du déficit de l'attention avec hyperactivité – qui se manifestaient par des pensées effrayantes et des comportements répétitifs. Jusqu'au jour où, un psychiatre de Boston aborda sa maladie sous un angle différent. Il lui demanda comment allait son intestin, si elle avait des problèmes de digestion, de constipation, de reflux acide... La réponse était oui. Le médecin lui prescrivit des probiotiques, ces "*bactéries bénéfiques qui habitent notre intestin*". L'effet fut probant, tous les symptômes ayant disparu au bout d'un an. Rien d'étonnant pour le psychiatre, le docteur Greenblatt, pour qui "l'intestin est vraiment notre second cerveau".

<http://bigbrowser.blog.lemonde.fr/2013/08/22/psychosoma-guerir-des-maladies-mentales-en-soignant-lintestin-ce-deuxieme-cerveau/>

Microbiote intestinal, nouvel organe au potentiel extraordinaire : Depuis dix ans les scientifiques se penchent sur un « organe » inexploré : les 100 000 milliards de bactéries vivant dans notre intestin ! Interface clef entre aliments et corps humain, cet écosystème est avant tout protecteur mais il serait impliqué dans de nombreuses maladies métaboliques voire neurologiques. Une révolution pour la science et la médecine.

<http://www.inra.fr/Grand-public/Alimentation-et-sante/Tous-les-dossiers/Metagenome-intestinal>

La flore intestinale joue avec notre mental : Chaque être humain héberge dans son intestin un écosystème composé de dix fois plus de bactéries que notre corps ne contient de cellules. L'ensemble des génomes de ces microorganismes constitue ce que les biologistes appellent le métagénome intestinal humain

http://www.lemonde.fr/sciences/article/2012/03/23/flore-intestinale-le-cerveau-sous-influence_1674270_1650684.html

Système nerveux intestinal

Le cerveau dans le ventre (audio): L'être humain avait déjà un cerveau magnifique, il en a maintenant un deuxième, bien caché au creux de l'intestin. Vous pouvez l'appeler système nerveux entérique. Ses quelques 200 millions de neurones pourraient laisser penser que, dans le ventre, chacun de nous accueille l'équivalent du cerveau d'un petit chien...

<http://www.franceculture.fr/sciences/le-cerveau-dans-le-ventre?p=0>

Le ventre, notre deuxième cerveau (vidéo) : Que savons-nous de notre ventre, cet organe bourré de neurones, que les chercheurs commencent à peine à explorer ? Selon cette captivante enquête scientifique, il semblerait que notre cerveau ne soit pas le seul maître à bord. Il y a quelques années, les scientifiques ont découvert en nous l'existence d'un deuxième cerveau. Notre ventre contient en effet deux cents millions de neurones qui veillent à notre digestion et échangent des informations avec notre "tête". Les chercheurs commencent à peine à décrypter cette conversation secrète. Ils se sont aperçus par exemple que notre cerveau entérique, celui du ventre, produisait 95 % de la sérotonine, un neurotransmetteur qui participe à la gestion de nos émotions. On savait que ce que l'on ressentait pouvait agir sur notre système digestif. On découvre que l'inverse est vrai aussi : notre deuxième cerveau joue avec nos émotions.

http://www.dailymotion.com/video/x1jp95s_le-ventre-notre-deuxieme-cerveau_news

L'influence du ventre sur le cerveau (audio): Les parois de notre intestin sont tapissées de 200 millions de neurones. Ce réseau de neurones, réparti tout au long de notre tube digestif, joue un rôle dans la digestion bien sûr, mais il agit aussi sur notre cerveau par des voies que les chercheurs commencent à peine à identifier. Cette interaction à distance peut notamment passer par des neurotransmetteurs, des petites molécules par l'intermédiaire desquelles les neurones communiquent entre eux. Par exemple, la sérotonine est un neurotransmetteur qui, au niveau des neurones de notre ventre, rythme le transit intestinal et régule le système immunitaire. Mais les chercheurs ont découvert qu'une petite partie de cette sérotonine passe dans la circulation sanguine et remonte jusque dans notre tête. Et là elle va pouvoir agir sur les neurones de notre cerveau qui eux aussi se servent de la sérotonine comme messager mais pour d'autres tâches comme la régulation de nos émotions. Voilà comment les neurones du ventre s'invitent dans la gestion de nos émotions. On savait depuis longtemps que nos états émotionnels pouvaient agir sur notre ventre et les scientifiques sont en train de découvrir que l'inverse est aussi vrai. Notre ventre peut influencer nos émotions.

<http://www.franceinfo.fr/emission/info-sciences/2013-2014/l-influence-du-ventre-sur-le-cerveau-01-31-2014-12-55>

Microbiote intestinal et obésité : Au cours de l'évolution, l'Homme a souvent disposé pour son alimentation de quantités de nourriture insuffisantes. Les individus qui survivaient aux périodes de disette avaient des moyens accrus de survie. A la période actuelle, caractérisée par l'accès à la nourriture de la majorité de la population aux États-Unis et en Europe, on observe simultanément dans ces pays une augmentation de l'obésité. Des chercheurs viennent de mettre en évidence un effet possible des bactéries commensales sur la régulation pondérale. Il est possible que la co-évolution de l'Homme et de son microbiote ait favorisé l'extraction maximale d'énergie d'une nourriture peu abondante. L'obésité actuelle pourrait aussi être en partie liée à cette symbiose "trop" efficace.

<http://institutdanone.org/objectif-nutrition/microbiote-intestinal-et-obesite/dossier-microbiote-intestinal-et-obesite/>

L'intelligence du ventre : Digérer une émotion qui nous est restée sur l'estomac, écouter son instinct viscéral et faire confiance à ses tripes... tant d'expressions populaires qui pourraient s'avérer ne pas être que des métaphores. Enquête au cœur de notre ventre où un deuxième cerveau serait doté de capacités véritablement surprenantes.

<http://www.inrees.com/articles/intelligence-du-ventre/>

Bibliographie : Bibliothèque Emile Cartailhac

Alimentation : ce que la science nous révèle / [Dir. de publ. Rolf Heinz] ; [Réd. en chef Eric Meyer]. - Gennevilliers : Groupe Prisma média, impr. 2012. - 1 vol. (114 p.) : ill. ; 28 cm.

ISBN 9782914927055

Bibliothèque Cartailhac (tous publics). - Cote : **146.100 ALI**

Carter, Rita

Le grand Larousse du cerveau / Rita Carter, Susan Aldridge, Martyn Page... [et al.] ; consultants pour l'édition anglaise, Professeurs Chris Frith et Utah Frith [et] pour l'édition française, Laurent Petit,... - Paris : Larousse, 2010. - 1 vol. (256 p.) : ill. en coul. ; 31 cm.

Glossaire. Index. - ISBN 978-2-03-584945-8

Bibliothèque Cartailhac (tous publics). - Cote : **499.400 CAR**

C3RV34U : [l'expo neuroludique : exposition permanente réalisée par la Cité des sciences et de l'industrie, à partir du 16 septembre 2014] / sous la direction de Stanislas Dehaene ; [coordination éditoriale du catalogue Olivier Carriguel, Aude Mantoux]. - Paris : La Martinière : Cité des sciences et de l'industrie, 2014. - 1 vol. (215 p.) : ill. en noir et en coul. ; 27 cm.

Notes bibliogr. en fin de chapitres. - ISBN 978-2-7324-6257-8

Bibliothèque Cartailhac (tous publics). - Cote : **499.400 CER**

Denjean, Cécile

Le ventre, notre deuxième cerveau / Cécile Denjean. - Issy-les-Moulineaux : ARTE France Développement / MOD, 2014. - 1 DVD ; (55 min)

Magasin Bibliothèque Cartailhac (multimédia). - Cote : **E 796**

Enders, Giulia

Le charme discret de l'intestin : tout sur un organe mal aimé / Giulia Enders ; illustrations par Jill Enders ; traduit de l'allemand par Isabelle Liber. - Arles : Actes Sud, 2015. - 1 vol. (350 p.) : ill. ; 22 cm.

Bibliogr. p. 337-[351]. - ISBN 978-2-330-04881-5

Bibliothèque Cartailhac (tous publics). - Cote : **499.400 END**

Feillet, Pierre

La nourriture des Français : de la maîtrise du feu... aux années 2030 / Pierre Feillet ; préface Axel Kahn. - Versailles : Quae, 2007. - 1 vol. (245 p.) ; 24 cm.

ISBN 978-2-7592-0049-8

Magasin Bibliothèque Cartailhac (étude). - Cote : **C 4060**

Fumey, Gilles

Atlas mondial des cuisines et gastronomies / Gilles Fumey et Olivier Etcheverria ; préface de Jean-Robert Pitte ; postface de Michel Bras ; cartographie de Madeleine Benoît-Guyod. - Paris : Autrement, 2009. - 1 vol. (79-VII p.) : ill. en coul., cartes ; 25 cm. - (Atlas-monde).

Bibliogr. p. 76. - ISBN 978-2-7467-1318-5

Bibliothèque Cartailhac (tous publics). - Cote : **146.300 FUM**

Godard, Philippe

L'alimentation dans l'histoire : de la Préhistoire à nos jours / par Philippe Godard et Claude Merle. - Paris : Autrement, DL 2006. - 1 vol. (61 p.) : ill., cartes ; 25 cm. - (Autrement Junior. Histoire ; 8).

ISBN 978-2-7467-0179-0

Bibliothèque Cartailhac (tous publics). - Cote : **146.300 GOD**

L'Écotais, Mathilde de

L'essence du goût / [photographies de] Mathilde de L'Écotais ; [texte de] Jean-Baptiste de Panafieu. - [Rodez] : Rouergue, 2011. - 1 vol. (184 p.) : ill. en coul. ; 31 cm.

ISBN 978-2-8126-0247-4

Bibliothèque Cartailhac (tous publics). - Cote : **146.100 LEC**

Manger : du Néolithique au fast-food : 10000 [dix] mille ans d'invention alimentaire / [Dir. de la réd. Matthieu Villiers] ; [Réd. en chef François Lassagne] ; Jérémie Azart, Kheira Bettayeb, Nicolas Constans ... [et al.]. - Issy-les-Moulineaux : Excelsior Publications, DL 2007. - 1 vol. ([150] p.) : ill. ; 24 cm.

Périodiques Magasin (monographies). - Cote : **P 147 NO. 238 2007**

Montanari, Massimo

Le manger comme culture / Massimo Montanari ; traduction de Paul-Louis van Berg ; préface de Jean-Pierre Devroey. - Bruxelles : Ed. de l'Université de Bruxelles [Paris] : diff. Sodis ; [Le Plessis-Pâté] : diff. ToThèmes, 2010. - 1 vol. (148 p.) ; 18 cm. - (UBLire. Fondamentaux ; 12).

Bibliogr. p. 135-146. - ISBN 978-2-8004-1469-0

Bibliothèque Cartailhac (tous publics). - Cote : **146.300 MON**

Poulain, Jean-Pierre

Manger aujourd'hui : attitudes, normes et pratiques / Jean-Pierre Poulain. - Toulouse : Privat SAS, 2008. - 1 vol. (235 p.) ; 25 cm.

Bibliogr. p. [227]-235. - ISBN 978-2-7089-4203-5

Magasin Bibliothèque Cartailhac (étude). - Cote : **C 4061**

Pelletier, Chantal

Voyages en gourmandise / Chantal Pelletier. - Paris : NIL, 2007. - 1 vol. (113 p.) ; 18 cm. - (Exquis d'écrivains).

ISBN 978-2-84111-388-0

Bibliothèque Cartailhac (tous publics). - Cote : **146.L P**

Puisais, Jacques

Le goût chez l'enfant : l'apprentissage en famille / Jacques Puisais ; avec la collaboration de Catherine Pierre. - Paris : Flammarion, DL 1999. - 1 vol. (187 p.) : ill. ; 21 cm.

Bibliogr. p. 187. - ISBN 2-08-202531-4

Magasin Bibliothèque Cartailhac (étude). - Cote : **C 4434**

Votre cerveau en 100 questions insolites / [Dir. de la publ. Martin Trautmann] ; [Réd. en chef François Marot]. - Gennevilliers : National geographic, impr. 2010. - 1 vol. (130 p.) : ill. ; 27 cm.

Bibliothèque Cartailhac (tous publics). - Cote : **499.400 CER**

Bibliothèque Emile Cartailhac

Horaires d'ouverture : mardi, mercredi et vendredi 10 h-12 h, du mardi au dimanche 14 h-18 h

Médiathèque Jeunesse « Pourquoi pas ? »

Horaires d'ouverture : mercredi, samedi et dimanche : 14 h-18 h.

Accès gratuit - Consultation sur place - Catalogue accessible via le site Web.

Muséum de Toulouse - 35 Allées Jules Guesde - 31 000 - TOULOUSE - 05 67 73 84 84 -

<http://www.museum.toulouse.fr/>

