



Ce rapport représente la position officielle de l'Association américaine de diététique, organisation de renommée internationale, composée de diététiciens et de nutritionnistes.

Dans un langage mesuré, typique des publications médicales mais néanmoins très clair quant aux bénéfices des alimentations végétariennes et végétaliennes pour la santé, ce document s'appuie sur une série d'articles scientifiques récents et de qualité.

Il est régulièrement remis à jour.

C'est dire la fiabilité et l'actualité des informations fournies.

**APSARes**  
Association de Professionnels de Santé  
Pour une Alimentation Responsable

**A** Association  
Végétarienne  
de France

éthique  
& animaux  
**L214**

  
la Criée

**3 €**

isbn 2-9521430-1-3



9 782952 143011

# L'alimentation végétarienne, végétalienne et votre santé



Position officielle  
de l'Association américaine de diététique  
au sujet de l'alimentation végétarienne