



Communiqué de presse – Parution le 28 février 2019

Combattre le cancer avec le régime cétogène

Magali Walkowicz, diététicienne-nutritionniste



Retour d'expérience de la spécialiste française du régime cétogène

Ce livre est le fruit de 5 années d'accompagnement diététique de patients atteints de cancer qui souhaitent suivre un régime cétogène, riche en graisses et pauvre en sucres. Un régime sur lequel les chercheurs fondent de grands espoirs en soutien des traitements classiques.

Comment mettre en place une telle alimentation ? Que faut-il en attendre ? Quelles en sont les limites ? Magali Walkowicz répond pour la première fois à ces questions : « *J'ai mis en place un régime cétogène pour plus d'un millier de patients de différents âges, sexes, cultures et pratiques alimentaires, atteints de différents cancers, à différents stades, avec divers protocoles de soin. J'ai voulu rapporter ce retour d'expérience.* »

« Je ne vais pas parler d'un régime miracle, qui n'existe pas. Mais plutôt de pistes pour aider à optimiser les chances de rémission. »

Expérimentalement, associé à une chimiothérapie et/ou une radiothérapie, le régime cétogène prévient la croissance de nombreuses cellules cancéreuses. Des essais cliniques sont actuellement en cours chez l'homme. En attendant leurs résultats, le témoignage de Magali Walkowicz permet de dresser un bilan. Le régime cétogène, dit-elle, **aide souvent le patient à se sentir mieux, à améliorer ses défenses immunitaires, à mieux supporter les traitements.** « *Ce régime spécifique, à suivre sous la supervision d'un professionnel de santé, est un moyen de rendre les chimiothérapies et les radiothérapies moins toxiques et plus efficaces* »

Le saviez-vous ? Comme toute autre cellule de l'organisme, pour vivre, une cellule cancéreuse a besoin d'énergie. Mais contrairement aux cellules saines qui peuvent bénéficier de différentes sources d'énergie (sucre, protéines, graisses), la plupart des cellules cancéreuses ne peuvent se nourrir que de glucose (sucre) et dans une moindre mesure de l'acide aminé glutamine. C'est une des raisons qui vise à expérimenter le régime cétogène dans certains cancers.

Les clefs du régime cétogène contre le cancer

A travers les nombreux témoignages de ses patients et grâce à son expertise en nutrition, Magali Walkowicz propose ici un **véritable guide pratique** pour celles et ceux qui souhaitent utiliser l'alimentation en soutien des traitements. Très pédagogique, *Combattre le cancer avec le régime cétogène* explique :

- **Comment le régime cétogène agit** pour affaiblir les cellules cancéreuses ;
- **Comment mettre en place le régime cétogène**, aliments par aliments : quelles viandes, quels poissons, quelles huiles, quels produits laitiers privilégier ?
- **Les effets** constatés chez ses patients : moins de fatigue, plus d'énergie, meilleure tolérance des soins, mais aussi ralentissement, stabilisation, parfois même régression du cancer...
- **Les limites du régime** ;
- **Le régime cétogène au cas par cas** : cancer des reins, hormonodépendants, du foie, du côlon, de l'œsophage, du pancréas,...) et **selon le protocole de soin du patient** (chimiothérapie, radiothérapie, chirurgie) ;
- **Par quoi compléter un tel régime** : faut-il manger alcalin ? comment rééquilibrer sa flore intestinale ? quels aliments et compléments alimentaires intégrer à son quotidien alimentaire ?

Magali Walkowicz livre également des **astuces pour faciliter la mise en place du régime** : quelles sont les équivalences et valeurs nutritionnelles de tel ou tel aliment ? Comment déceler les sucres sur les étiquettes nutritionnelles ? Quels ingrédients présents sur l'étiquette doivent alerter ? Quelles sont les idées reçues sur ce régime ? Etc.

En plus, elle répond aux questions les plus fréquemment posées : j'ai souvent des troubles digestifs, le régime cétogène ne va-t-il pas les aggraver ? Peut-on associer jeûne et régime cétogène ? Etc.



A propos de l'auteure

Magali Walkowicz est la diététicienne-nutritionniste francophone spécialiste du régime cétogène. Elle est l'auteure des ouvrages *Céto Cuisine*, *le Compteur de glucides*, *P'tits dej' et goûters pauvres en sucres*, *100 aliments céto à volonté*.

Contact Presse

Caroline Roche

04 66 53 53 68

presse@thierrysouccar.com

Combattre le cancer avec le régime cétogène

Magali Walkowicz

Parution 28 février 2019

288 pages – Format 16 x 22 – 19.90 €

ISBN 978-2-36549-331-4