

Table des matières

Table des matières	page 3
Lexique	page 4
Avant-propos	page 6
Section 1 Qu'est-ce que l'autisme?	Page 8
Chapitre 1 : Origine des différentes approches et traitements	page 8
Chapitre 2 : L'autisme mis à jour	page 18
Section 2 : Alimentation	page 29
Chapitre 3 : les diètes spécialisées et propices aux troubles autistiques	page 29
Chapitre 4 : Diète sans gluten/ sans caséine/ sans soya	page 36
Chapitre 5 : Les légumes de A à Z	page 45
Chapitre 6 : Les fines herbes et condiments...pharmacie naturelle	page 56
Chapitre 7 : Les protéines (viandes, volailles, poissons, légumineuses, noix, graines et œufs)	page 62
Chapitre 8 : Les fruits et autres sucres naturels	page 71
Chapitre 9 : Les gras	page 82
Chapitre 10 : Les breuvages et bouillons	page 86
Section 3 Les suppléments (Introduction)	page 95
Chapitre 11 : Les enzymes et autres solution au PST	page 96
Chapitre 12 : Les vitamines	page 102
Chapitre 13 : Les minéraux	page 114
Chapitre 14 : Les acides aminés	page 122
Chapitre 15 : Les « pseudo » vitamines et autres substances	page 130
Chapitre 16 : Les Super-Aliments (nutraceutiques)	Page 142
Section 4 Traitements alternatifs	page 151
Chapitre 17 : Les plantes et leurs pouvoirs	page 151
Chapitre 18 : Médecine du DAN! (Defeat Autism Now!)	page 181
Chapitre 19 : Éléments d'information	page 185
Conclusion	page 198
Annexe: Recettes	page 200
Bibliographie	Page 241