

Boire de l'alcool sans manger pour garder la ligne, une fausse bonne idée!

C'est ce que l'on appelle l'alcoolorexie, une pratique à la mode.

Le site MAAD Digital nous dit tout sur la valeur calorique de l'alcool, l'action de l'alcool sur l'appétit et sur le métabolisme.

À lire : [Boire de l'alcool sans manger pour garder la ligne ?](#)

Articles en lien :

[Comment l'alcool agit-il sur l'organisme ?](#)

[Attention aux mélanges](#)