

Plaisance. "Le jeûne, enquête sur un phénomène" en livre



Les auteurs, Thierry de Lestrade et Sylvie Gilman, l'avaient annoncé lors de la projection de leur film en avant-première nationale au cinéma l'Europe de Plaisance-du-Gers

Douze ans après la diffusion dans la même salle de leur documentaire intitulé "Le jeûne, une nouvelle thérapie ?", Thierry de Lestrade et Sylvie Gilman, journalistes et réalisateurs indépendants, étaient revenus, le 23 octobre dernier, pour présenter au cinéma l'Europe à Plaisance-du-Gers leur dernier film "Le jeûne, enquête sur un phénomène", dans le cadre de la Semaine des possibles. Devant l'enthousiasme des spectateurs présents dans la salle, ils avaient alors annoncé l'écriture en cours d'un livre sur le même thème. C'est chose faite, puisque le 23 janvier paraîtra "Le jeûne, une nouvelle voie thérapeutique", aux éditions La découverte. Il s'agit de la version révisée et largement augmentée de leur premier ouvrage "Le jeûne, une nouvelle thérapie ?", paru en 2012. Car depuis, de nombreux travaux et découvertes sont venus compléter l'étude de cette pratique, permettant à la recherche médicale de faire un bond sur un sujet qui fait de plus en plus d'adeptes. Pas moins de 27 % des Français affirment en effet l'avoir expérimentée, alors qu'aux yeux des autorités de santé, le jeûne est considéré comme une pratique "dangereuse" sur laquelle "la science n'a finalement rien prouvé". Mais pour Valter Longo, pionnier en la matière, les dernières années se sont révélées plus importantes que les 2000 ans écoulés. Dans leur livre, Thierry de Lestrade et Sylvie Gilman font état des découvertes scientifiques récentes menées aux États-Unis, en Allemagne et en Italie, analysent des mécanismes majeurs engendrés sur l'organisme – à l'image de l'autophagie – et reviennent sur les promesses surprenantes dans le traitement du cancer ou de maladies chroniques. De nombreux chercheurs espèrent d'ailleurs pouvoir introduire, sous sa forme thérapeutique ou préventive, le jeûne dans les politiques de santé de santé publique.

Arte diffusera également le documentaire "Le jeûne, enquête sur un phénomène", que les Plaisantins avaient pu découvrir en avant-première, le samedi 25 janvier, à 22 h 25.