



« Seniors, on vous ment sur votre santé ! »

Aujourd'hui, 17 % de la population française a plus de 65 ans et en 2050, les plus de 60 ans seront 35 %. S'il est vrai que de plus en plus de publicités, loisirs, ou films leur sont désormais dédiés, leur situation n'est souvent pas des plus simples... Et on leur mentirait de surcroît, sur leur santé ? C'est en tout cas ce qu'affirme Gilles Orgeret dans son récent ouvrage. Après un premier chapitre sur le phénomène « anti-âge » et la place des seniors au sein de la famille et de la société, l'auteur dénonce, point par point, mensonges et idées reçues en matière de santé du corps et de l'esprit (alimentation, Alzheimer, arthrose, cœur, sexe, yoga...). Le tout s'appuyant sur plus de cent articles médicaux et scientifiques. Le dernier chapitre propose les activités physiques les mieux adaptées à l'état de santé de chacun. Gilles Orgeret. [Grancher](#) 200 p. 15 €.

