Web FRA

nutrition365

www.nutrition365.fr

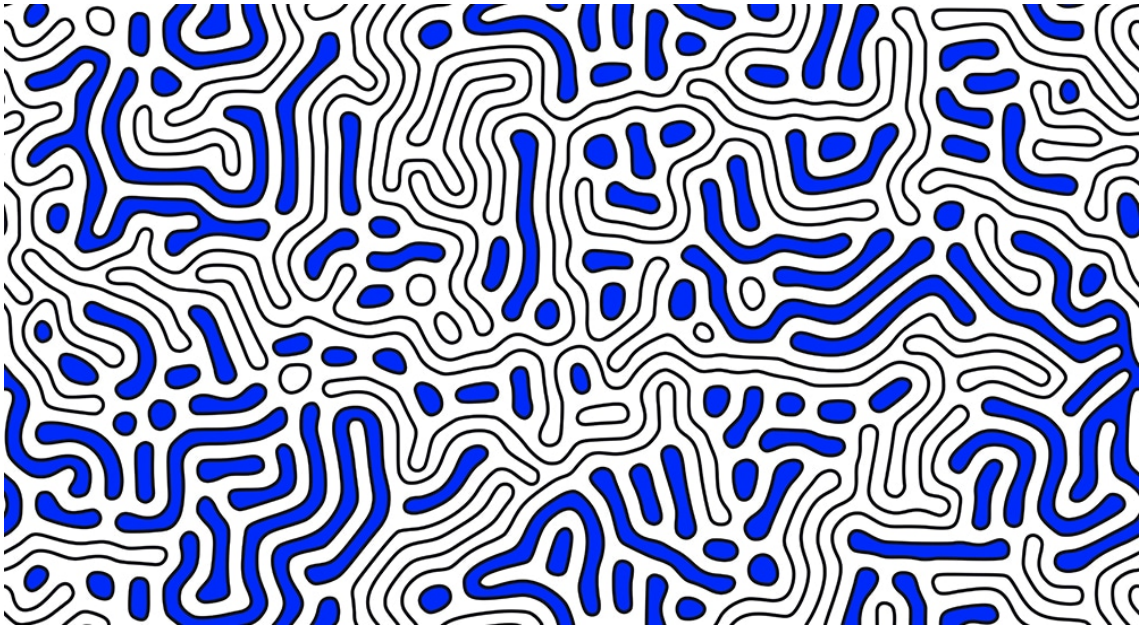
Famille du média : **Médias professionnels**
Audience : **1442**
Sujet du média : **Médecine**

28 Octobre 2026
Journalistes : **Laurent Feneau**
Nombre de mots : **388**

Visualiser l'article

Nous, humains et microbiens

Signé Anaïs Brosse pour les textes et Joséphine Joffrin pour les illustrations, « Nous, humains et microbiens » braque les projecteurs sur les relations essentielles et complexes entre humains et bactéries. Un regard accessible et documenté sur le microbiote intestinal.



Organic background with rounded lines. Diffusion reaction seamless pattern. Linear design with biological shapes. Abstract vector illustration in black and white

Pourquoi avoir écrit ce livre ?

Nous avons été mis en contact lorsque l'illustratrice, alors étudiante en dernière année à l'École Estienne (illustration scientif ique), cherchait un partenaire scientif ique pour son projet de diplôme. Le microbiote étant la thématique de recherche de la co-autrice, nous nous sommes rencontrés et avons choisi ensemble la bande dessinée comme média pour vulgariser ce sujet. Le projet est né d'une envie commune de rendre accessible une thématique scientif ique complexe à travers un format narratif et visuel.

À qui est destiné cet ouvrage ?

Le projet est né comme outil pédagogique, pensé pour les enseignements sur le microbiote dispensés à la Faculté de Pharmacie de Paris-Saclay. Il a ensuite évolué, notamment ajout d'un glossaire, pour devenir accessible à un public plus large : grand public curieux de science, étudiants, mais aussi toute personne souhaitant s'initier au sujet.

Comment est organisé son contenu ?

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Le livre se lit comme une histoire : celle d'une cohabitation entre nous et nos milliards de bactéries intestinales. On commence par une rencontre, la colonisation du tube digestif à la naissance, puis on découvre une cohabitation étonnamment productive, où nos bactéries nous protègent et dialoguent même avec notre cerveau. Vient ensuite la question de l'équilibre : pourquoi un accouchement, une antibiothérapie ou notre alimentation peuvent tout faire basculer. Et on termine sur les tensions, quand ça déraille, avec des solutions parfois surprenantes, comme la transplantation fécale !

Quels conseils de lecture donneriez-vous aux diététiciens et nutritionnistes pour qu'ils en tirent le meilleur parti ?

Je leur conseillerais de piocher selon leurs besoins : le chapitre 4 pour reparler alimentation, accouchement et antibiotiques avec leurs patients, et le chapitre 5 pour aborder sereinement les questions sur probiotiques et antibiorésistance, souvent mal comprises. Le format en scènes illustrées en fait aussi un bon support à montrer directement en consultation.

« Nous, humains et microbiens »

Anaïs Brosse et Joséphine Joffrin Editions edp Sciences - 72 pages. Date de parution : septembre 2026.

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.