



Dr Georges MOUTON MD

Functional Medicine

QUOTE GM #06

18/03/2017

Titre

Créé le

LE BLÉ ET LES GRAINS CONTRIBUENT À L'INFLAMMATION CHRONIQUE

[Nutrients](#). 2013 Mar 12;5(3):771-87. doi: 10.3390/nu5030771.

The dietary intake of wheat and other cereal grains and their role in inflammation.

de [Punder K¹](#), [Pruimboom L](#).

 **Author information**

1 University of Girona, Plaça Sant Domènec, Girona, Spain. k.d.punder@nki.nl

« Dans cette revue, nous discutons des preuves provenant d'études d'intervention in vitro, in vivo et humaines qui décrivent comment la consommation de **blé**, mais aussi d'**autres céréales**, peut contribuer à la manifestation d'**inflammation chronique** et de **maladies auto-immunes** en augmentant la perméabilité intestinale et en lançant une réponse immunitaire pro-inflammatoire ».