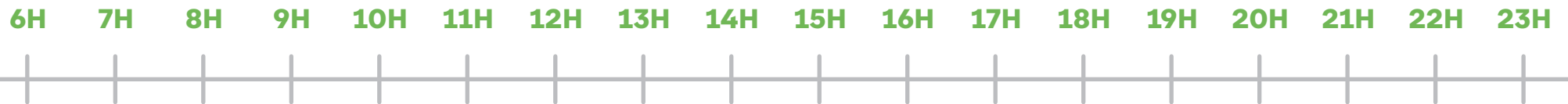


Du rythme alimentaire traditionnel aux fenêtres alimentaires



Période à dominance insulínique

Période insulínoprive

Période à dominance insulínique idéale minimale

Time Restricted Feeding
(Fenêtre de restriction alimentaire)