

Vos questions / nos réponses

# Alimentation et Alcool

Par [Profil supprimé](#) Postée le 28/04/2012 15:02

Bonjour

Je suis étudiante en Iut Génie Biologique option diététique.

Dans le cadre d'un projet tutoré portant sur l'alcoolisme, j'aurai voulu avoir des renseignements sur l'alimentation durant et après le sevrage (les restrictions alimentaires, les méthodes de cuisson des aliments en utilisant de l'alcool,...)

Je vous remercie d'avance

---

**Mise en ligne le 03/05/2012**

Bonjour,

Il n'y pas d'alimentation spécifique à avoir durant ou après un sevrage d'alcool, si ce n'est qu'elle doit être équilibrée, et que la personne doit bien s'hydrater.

Concernant les préparations culinaires à base d'alcool, elles doivent être mijotées afin que les vapeurs d'alcool soient évaporées. Toutefois, pour certaines personnes, il peut être difficile sur le plan psychologique de reconsommer de l'alcool, même sous une forme où il n'a plus d'effet.

Cordialement.

---