

# LES DIVERTICULES ET DIVERTICULOSES

Touche les personnes âgées principalement, provoqué par :

- le stress
- le manque d'activité physique
- le manque de fibres

→ **RICHE EN FIBRES** : si c'est asymptomatique

→ **PAUVRE EN FIBRES** : si apparition de douleurs

→ **PAUVRE EN RESIDUS** : si problème(s) majeur(s)