

Communiqué de presse  
Bâle, le 30 novembre 2009

**Les résultats du troisième sondage Coop «Tendances alimentaires sous la loupe» viennent d'être publiés**

## **L'influence de l'alimentation sur la santé est sous-estimée**

**D'après les résultats du troisième sondage Coop consacré aux tendances alimentaires, la plupart des Suisses savent qu'alimentation et santé sont étroitement liées. Tandis que ce lien est à peine remis en question pour les maladies cardiovasculaires, pas moins de 21 % des personnes interrogées excluent néanmoins toute corrélation avec le cancer. En réalité, un tiers des cancers pourraient être évités grâce à une alimentation équilibrée.**

La série d'études «Tendances alimentaires sous la loupe» de Coop a pour objectif d'analyser les comportements alimentaires des Suisses. Ce troisième sondage, consacré au thème «alimentation et santé», porte sur les connaissances des personnes interrogées ainsi que sur leur état de santé.

### **Diabète de type II et cancer: le rôle de l'alimentation sous-estimé**

72 % des personnes interrogées estiment que l'alimentation influe considérablement sur notre état de santé: avec l'activité physique et le mode de vie, elle est citée (à juste titre) comme facteur n° 2, après le tabac. Les personnes sondées pensent notamment que l'alimentation joue un rôle déterminant dans la prévention du surpoids, du cholestérol et des maladies cardiovasculaires, rôle qui selon les spécialistes est en partie mal évalué. Par exemple, l'influence de l'alimentation sur le cholestérol et l'ostéoporose est plutôt sous-estimée; elle l'est même clairement pour le diabète de type II et le cancer: à peine 50 % des personnes interrogées pensent qu'elle influe de façon importante sur l'apparition du diabète de type II, et seulement 22 % sur le développement de cancers. En réalité, le diabète est directement lié au surpoids et un tiers des cancers pourraient être évités grâce à une alimentation équilibrée.

### **Les seniors mieux informés que les jeunes**

L'étude montre que les jeunes sont moins bien informés des différentes maladies que les personnes d'âge moyen et les seniors. Le panel interrogé estime connaître beaucoup mieux l'influence de l'alimentation sur les maladies cardiovasculaires et le cholestérol que sur l'ostéoporose et les allergies alimentaires. 76 % pensent (à juste titre) que les graisses animales augmentent le risque de développer une maladie cardiovasculaire. Les autres facteurs de risque cités sont les boissons sucrées et le sel. Par contre, le poisson et les huiles d'olive et de colza sont considérés comme des aliments qui diminuent les risques. 58 % des personnes qui, pour des raisons de santé, ont déjà changé leur régime alimentaire, l'ont fait sur les recommandations de leur médecin: régime hypolipidique (notamment diminution des graisses animales), consommation de plus de fruits et légumes, suppression des desserts et sucreries.

---

**Vous retrouverez ce communiqué sur [www.coop.ch/fachdossier](http://www.coop.ch/fachdossier)**

#### Interlocuteurs

Susanne Sugimoto-Erdös, responsable du Service médias  
Nicolas Schmied, porte-parole  
Denise Stadler, porte-parole  
Sabine Vulic, porte-parole

Tél. +41 61 336 71 96  
Tél. +41 61 336 71 39  
Tél. +41 61 336 71 10  
Tél. +41 61 336 71 92

### **Un grand intérêt pour la prévention et les traitements**

Environ 90 % des personnes interrogées s'intéressent à la prévention et au traitement des maladies par l'alimentation, principalement les femmes (58 % contre 41 % d'hommes). Même s'ils sont nombreux à avoir conscience de l'influence de l'alimentation sur les maladies, 62 % indiquent souffrir d'une affection ou être sujets à une constellation de risques qui y sont étroitement liés. Le surpoids est l'affection la plus souvent citée (26 %). Le premier sondage de Coop, «Manger sain: préférences, connaissances et comportements», avait déjà montré que si les Suisses connaissent une grande partie des recommandations alimentaires, ils ne les mettent pas forcément en pratique. Les résultats de cette troisième étude révèlent eux aussi la nécessité d'expliquer concrètement aux gens comment appliquer ces conseils.

### **Soutien technique de la Société Suisse de Nutrition SSN**

Des sondages Coop représentatifs des comportements alimentaires de la population suisse seront désormais régulièrement réalisés et publiés. La Société Suisse de Nutrition SSN ([www.sge-ssn.ch](http://www.sge-ssn.ch)) assure l'encadrement technique du programme «Tendances alimentaires sous la loupe» en veillant notamment au respect de toutes les exigences scientifiques requises.

Les résultats des différentes études sont publiés sur les sites [www.coop.ch/trendsalimentaires](http://www.coop.ch/trendsalimentaires) et [www.sge-ssn.ch/fr/service-aux-medias/communiques-de-presse.html](http://www.sge-ssn.ch/fr/service-aux-medias/communiques-de-presse.html).

### **Vos interlocuteurs chez Coop**

Susanne Sugimoto-Erdös, responsable des Relations avec les médias      Tél. +41 61 336 71 96  
Denise Stadler, porte-parole      Tél. +41 61 336 71 10

Les contacts avec le Service spécialisé Diététique de Coop sont coordonnés par le Service médias.

### **Vos interlocuteurs à la Société Suisse de Nutrition SSN**

Marion Wäfler, diététicienne diplômée ES, service médias      Tél. +41 31 385 00 13  
Viviane Bühr, nutritionniste MSc, relations publiques      Tél. +41 31 385 00 13