



Communiqué de presse de la Société Suisse de Nutrition SSN

En Suisse, les enfants ne boivent pas assez d'eau!

Berne, le 27 août 2013. La Société Suisse de Nutrition SSN recommande aux enfants âgés de 6 à 12 ans de boire un litre par jour¹ d'une boisson de préférence non sucrée, comme de l'eau du robinet ou de l'eau minérale naturelle. Or, en Suisse, plus un enfant sur quatre n'atteint pas cette quantité.

Une étude représentative sur la consommation de boissons par les enfants de 3 à 12 ans

Au mois de juin 2013, l'institut d'études de marché GfK Switzerland SA a interrogé dans le cadre d'un sondage commandé par Evian-Volvic Suisse SA quatre cent-deux personnes en Suisse allemande et Suisse romande sur la consommation de boissons par les enfants âgés de 3 à 12 ans. La SSN a assuré l'encadrement scientifique de ce sondage en ligne.

Boire suffisamment

Selon cette étude, beaucoup d'enfants en Suisse ne boivent pas assez. Plus d'un enfant sur quatre âgé de 6 à 12 ans ne parvient pas à boire un litre par jour¹, même au plus fort de l'été. La quantité de boisson non sucrée, notamment, est insuffisante.

Boire de l'eau

Le disque de l'alimentation pour les enfants, publié par la SSN – <http://www.sge-ssn.ch/disque-alimentation> – permet de voir en un coup d'œil les principes d'une alimentation équilibrée adaptée à cet âge. L'un des messages essentiels du disque de l'alimentation est simple : boire de l'eau ! Or, selon le sondage récemment réalisé, l'eau ne représente approximativement que la moitié de ce que boivent les enfants. L'eau est vitale pour l'organisme, car elle assure de nombreuses fonctions essentielles (par exemple le transport des nutriments et des résidus du métabolisme ou la régulation de la température corporelle).

Boire de l'eau régulièrement

Par ailleurs, l'étude révèle que dans la catégorie d'âge considérée, un enfant scolarisé sur six ne boit plus rien entre le petit-déjeuner et le déjeuner. Pourtant, il est important de boire régulièrement tout au long de la journée. En effet, cela est essentiel pour maintenir la faculté de concentration et l'activité intellectuelle pendant toute la journée, notamment à l'école.

Résultats de l'étude

Les résultats détaillés de l'étude « La consommation de boissons chez les enfants de Suisse » sont disponibles à l'adresse www.sge-ssn.ch/publications.

¹ Sans le lait et les boissons à base de lait (telles que lait chocolaté, boissons contenant du lait et du yoghourt, etc.); en raison de leur composition nutritionnelle, celles-ci sont comptées parmi les produits laitiers.



sge Schweizerische Gesellschaft für Ernährung

ssn Société Suisse de Nutrition

ssn Società Svizzera di Nutrizione

La Société Suisse de Nutrition SSN

La SSN est l'organisation nationale de référence dans le domaine de l'alimentation. La SSN informe la population et les professionnels à l'aide de données scientifiquement fondées concernant l'alimentation. Elle compte plus de 7'000 membres et abonnés, dont la plupart sont des professionnels de la nutrition, de la formation ou de la santé ainsi que des consommateurs intéressés par les questions touchant à l'alimentation.

L'Info média de la SSN

La SSN propose l'info média, un bulletin électronique adressé aux représentants des médias. Si vous souhaitez figurer sur notre liste de distribution, envoyez-nous un courrier électronique à l'adresse media@sge-ssn.ch. Les organes de presse peuvent également s'abonner gratuitement à la revue de l'alimentation Tabula de la SSN (www.tabula.ch, parution trimestrielle). Pour cela il suffit de nous envoyer un courriel à info@sge-ssn.ch.

Service d'information Nutrinfo®

Les questions concernant l'alimentation et les aliments peuvent être adressées directement au service d'information Nutrinfo®. Les professionnels de la SSN sont également à disposition pour des interviews ou la recherche de documentation ou d'experts.

Tél. +41 31 385 00 08, lundi – vendredi, 8h30 – 12h00

nutrinfo-f@sge-ssn.ch, www.nutrinfo.ch

Renseignements

Société Suisse de Nutrition SSN

Thomas Langenegger

Suppléant Responsable Communication

Tél. +41 31 385 00 04

Email t.langenegger@sge-ssn.ch

Frédéric Haas

Communication Evian-Volvic Suisse SA

Tél. +41 44 543 70 80

Email frederic.HAAS@danone.com