

Enquête DietSensor/Inkidata

Les Français face à deux arnaques : Les régimes et la mauvaise alimentation

L'application de coaching nutritionnel, DietSensor, lance sa version grand public et révèle des chiffres inédits de l'enquête DietSensor-Inkidata* sur l'expérience des Français face aux régimes et à l'alimentation d'aujourd'hui.

* Sondage réalisé du 15 au 23 octobre 2018 sur un échantillon national de 1 200 personnes représentatif de la population âgée de 18 ans et plus (France métropolitaine).

Haro sur les régimes

- Un français sur deux a déjà fait un régime dans sa vie.
- Plus de 50 % ont repris leur poids ou plus.
- 47 % pensent que leur régime ne leur a pas appris à manger équilibré.
- 65 % des français pensent que les régimes sont inefficaces

Les français essayent toutes sortes de régimes, et avec un seul objectif : perdre du poids.

Des gélules, (pourtant inefficaces dans plus de 80 % des cas) aux plats tout prêts, 30 % des françaises ont essayé au moins 5 régimes dans leur vie **, preuve que ça ne fonctionne pas.

Une confiance ébranlée

Ces mauvaises expériences de restriction alimentaire ont des répercussions immédiates :

- Parmi les personnes ayant fait un régime avec reprise de poids, **75% n'ont plus confiance dans les produits industriels.**
- Cependant près d'1 Français sur 2 consomme des plats industriels et ce, une à trois fois par semaine.
- 1 Français sur 2 doute de la qualité nutritionnelle des plats servis au restaurant.

- 66% ne savent pas évaluer si un aliment est bon ou mauvais d'après son étiquette.
- 50% des personnes ayant fait un régime qui n'a pas marché ne savent plus, selon elles, manger équilibré.
- Et seulement 0,2 % des sondés ont su démontrer qu'ils savent composer des repas équilibrés sur une journée !

Mais 90 % sont conscients que cuisiner avec des ingrédients bruts est qualitatif !

CONCLUSION : Les français sont perdus, mais ils **VEULENT** et **CHERCHENT A MANGER SAINEMENT** car la très grande majorité des français est conscient que l'alimentation joue un rôle majeur dans leur santé.

L'impact de l'alimentation sur la santé

Aujourd'hui dans le monde mal manger provoque plus de décès que la malnutrition !

- Jusqu'à 30 % des **cancers** sont dus à une mauvaise alimentation ou à de mauvaises habitudes alimentaires.
- La très grande majorité des français connaît l'impact sur l'**hypertension**, le **cholestérol**, l'**obésité**, les **diabète** 1 et 2.
- Plus de 35% ont conscience que les **ronflements** ou l'**apnée du sommeil** sont souvent dus à une mauvaise hygiène alimentaire.

Fort de tous ces constats, l'enquête révèle en fait une chose criante, les régimes ne sont pas une solution. Ils n'éduquent pas à manger équilibré. Pire, ils ont un effet néfaste sur la santé. Quant à l'alimentation équilibrée, les français en rêvent mais ne savent comment s'y prendre.

Une application pour ne plus tomber dans les pièges de la malbouffe

Lorsqu'ils découvrent que leur fille est atteinte d'un diabète de type 1, La vie d'Astrid et Remy Bonnasse est bouleversée. Pour l'aider dans cette épreuve, il a fallu adapter une nouvelle façon de s'alimenter qui soit compatible avec sa maladie. Pour conjuguer liberté et plaisir de manger avec son nouveau mode de vie, Astrid et Remy se sont entourés de médecins et d'experts en diététique pour créer une application de coaching nutritionnel dont la vocation est de traduire de façon simple et adaptée à la vie de tous les jours, les connaissances les plus récentes de la science en matière de nutrition.

DIETSENSOR est une solution simple pour répondre aux contraintes et objectifs nutritionnels de chacun

L'objectif de l'application est d'apporter une solution très simple mais très complète aux millions de personnes qui veulent prendre soin de leur santé et éviter ou gérer les conséquences d'une alimentation déséquilibrée. DietSensor coach l'utilisateur sur le parcours de l'alimentation saine pour (ré) apprendre à manger équilibré.

DietSensor a reçu le prix de **l'application la plus innovante au Monde au CES 2016**. DietSensor a aussi été élue par Publicis comme faisant partie des **10 start ups les plus innovantes au monde**. C'est la première application permettant de **dicter** son repas à son téléphone ou de **scanner** les molécules des aliments, et les algorithmes de la solution se chargent du reste.

Aujourd'hui, 3 ans après sa création, DietSensor lance sa **version grand public** sur iPhone et prépare l'équivalent sur Android pour 2019. Moins médicale dans sa forme, elle a gardé toute sa subtilité scientifique mais est désormais accessible par sa simplicité à chacun. Car manger sainement et réduire ses problèmes de santé ne doit pas être réservé à certains.

L'unicité de DietSensor est :

- **DANS SA CONVICTION** : Les régimes et la mauvaise alimentation sont 2 arnaques de notre société aux conséquences dramatiques.
- **DANS SA SOLUTION** : Un coach qui **REAPPREND** à manger équilibré, en faisant les bons choix, du magasin jusqu'à son assiette, dans la durée, et ce, en se faisant plaisir.

POUR QUI :

Cette application va donc aider, non seulement les personnes atteintes de diabète ou d'une maladie chronique comme elle le fait depuis 2 ans déjà, mais ses algorithmes vont permettre à n'importe qui de mieux gérer son alimentation et prévenir ou gérer les problèmes de surpoids, afin que manger reste un plaisir... mais ne provoque plus de maladies.

COMMENT :

DietSensor est le coach nutrition de votre quotidien. D'abord, il apprend à vous connaître, avec vos goûts, vos habitudes, et vos spécificités. Ensuite, Il vous aide pour vos courses, vos repas, vos recettes et vous accompagne pour faire vous-même votre programme nutritionnel. Il n'y a rien à calculer. Il n'y qu'à le suivre.

« Cette version est une version grand public, accessible et utilisable par tous, pour REAPPRENDRE à manger équilibré, en faisant les bons choix, du magasin jusqu'à son assiette, dans la durée, et ce, en se faisant plaisir. » déclare Astrid Bonnasse, co-fondatrice de DietSensor.

« Par notre histoire personnelle nous avons découvert que manger équilibré, c'est simplement manger des aliments les moins transformés possible, en gardant le plaisir gustatif mais en respectant les équilibres entre les familles alimentaires dont notre corps a besoin. Ce n'est ni compliqué ni austère. » déclarent Astrid et Rémy Bonnasse, co-fondateurs de DietSensor

**Si le sujet sur les Français et l'équilibre alimentaire vous intéresse
voici les**

Situations de tournage

- Chez un particulier utilisant l'application DietSensor
- Chez Astrid et Remy Bonnasse pour présenter leur solution

Interviews possible

- Astrid et Remy Bonnasse, fondateur de l'application DietSensor
 - Un particulier utilisant l'application DietSensor
 - Dr Marc Salomon, chirurgien cardiaque, également spécialisé en prévention des maladies cardiovasculaires
 - Responsable de l'enquête*
- *Intégralité de l'enquête sur demande*

Service communication – Caroline CAEN

Caroline CAEN - Tél : 06 72 88 03 03
ccaen@televisionandco.fr