

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Berne, le 05 septembre 2019

**Vivre en bonne santé plus longtemps: le rôle de l'alimentation.**

**Le symposium de Swissmilk est aujourd'hui un grand rendez-vous de l'année dans l'agenda des professionnels de la nutrition. Lors de la 25e édition, qui s'est tenue le 3 septembre 2019 au Kursaal de Berne, les participants se sont demandé comment l'alimentation peut agir positivement sur la santé. Au vu de la surabondance d'informations accessibles aujourd'hui, il est facile de perdre le nord en tentant de répondre à cette question. Le conseil nutritionnel personnalisé apparaît comme la voie à suivre, car le style de vie et les particularités du corps de chacun jouent un rôle très important.**

*Direction*

Les spécialistes de la nutrition de la fédération des Producteurs Suisses de Lait (PSL) organisent chaque année, sous la marque Swissmilk, un symposium pour professionnels de la nutrition. Cet événement met en lumière des thèmes actuels des sciences de l'alimentation et permet aux participants de développer leur réseau. Voici un aperçu des sujets très divers exposés cette année:

Weststrasse 10  
Case postale  
CH-3000 Berne 6

**Les médias sociaux, un challenge pour les professionnels de la nutrition**

Un grand nombre d'informations nutritionnelles circulent sur les médias sociaux. Les consommateurs finissent par s'y perdre et la qualité des informations en pâtit. Les influenceurs privés, ne possédant souvent aucune expertise nutritionnelle, peuvent avoir un certain poids auprès des followers et conduire certains à adopter des habitudes alimentaires radicales, restrictives et malsaines. Les experts nutritionnels auront donc un rôle très important à jouer à l'avenir. Ils devront impérativement se positionner comme spécialistes sur les médias sociaux. Les organisations publiques, la science et les associations indépendantes ne doivent pas seulement augmenter leur présence, mais aussi donner une orientation, accompagner les consommateurs et collaborer avec les principaux influenceurs afin de leur faire prendre conscience de leur responsabilité et de créer avec eux des contenus mieux étayés.

Téléphone 031 359 51 11

Fax 031 359 58 51

psl@swissmilk.ch

www.swissmilk.ch

**swissmilk****Les labels nutritionnels n'aident pas à y voir plus clair**

Lorsque les consommateurs doivent déterminer si certains produits transformés, comme les céréales du petit-déjeuner, les snacks salés ou les boissons, sont bons pour la santé, ils se basent souvent sur des critères simples. Ils s'orientent à partir des ingrédients qu'ils jugent sains (p. ex. les fruits) et de ceux qu'ils jugent malsains (p. ex. le chocolat). Cette approche pragmatique n'entraîne pas forcément des mauvais choix, mais elle n'est pas suffisante. Ce n'est pas chaque aliment à lui seul qui est déterminant pour la santé, mais le fait d'avoir une alimentation équilibrée. Des études expérimentales ont montré que le système Nutri-score ou d'autres labels nutritionnels indicatifs n'influencent que faiblement le jugement porté sur un produit. Ils poussent surtout l'industrie à adapter les recettes des produits afin que ceux-ci soient mieux évalués.

**Informations:**

Tous les exposés sont disponibles gratuitement sur notre site (en allemand):

<https://www.swissmilk.ch/de/ernaehrungsfachleute/symposium/>

**Renseignements:**

Susann Wittenberg, BSc en écotrophologie, PSL / Swissmilk 031 359 57 57

[symposium@swissmilk.ch](mailto:symposium@swissmilk.ch)

[www.swissmilk.ch](http://www.swissmilk.ch)