Sugarland : un film qui dénonce l’omniprésence des sucres cachés dans les aliments industriels

Sugarland est un film australien réalisé par Damon Gameau, qui en est aussi l’acteur principal. Dans ce documentaire, qui sort aujourd’hui au cinéma, il met en évidence, les sucres cachés dans les produits alimentaires transformés qui inondent les supermarchés. En s’infligeant un régime équivalent à 40 cuillères à café de sucre par jour pendant deux mois, il expérimente les effets d’une alimentation trop sucrée* sur un corps en bonne santé.

Les boissons light, muesli « santé », smoothies et autres barres de céréales…dont les emballages sont recouverts d’allégations nutritionnelles « riche en fibres, pauvre en sel, sans sucre » poussent le consommateur à l’achat en lui donnant bonne conscience alors que ces produits se révèlent être très caloriques.

Ce film documentaire, qui a déjà reçu de nombreuses critiques positives, est à la fois ludique et instructif. Son approche concrète, humaine et légère, malgré le sujet grave, semble être un levier efficace de sensibilisation. Après avoir vu ce film, vous risquez de changer de regard sur ce que vous mettez dans votre assiette !

La Fédération Française des Diabétiques accompagne la sortie du film Sugarland et participera au débat public que celui-ci ne manquera pas de susciter. Le sujet des sucres et graisses cachés mobilise la Fédération depuis plusieurs années. Dans le cadre des Etats Généraux du Diabète et des Diabétiques, la Fédération a identifié cette problématique en partie responsable de l’augmentation du nombre de diabétiques en France. Si vous aussi vous souhaitez voter ou donner votre avis sur ce sujet, rendez-vous sur la plateforme egdiabete.fr.

En savoir plus :
Lire notre actualité « Vous prendrez bien une petite merguez en dessert ? »