78 % des diabétiques consomment des produits avec édulcorants et 88% d'entre eux estiment qu'ils leur sont utiles

« En tant qu'association de patients, nous étions conscients du nombre important de consommateurs d'édulcorants parmi les diabétiques et étions régulièrement sollicités sur la question. **Une étude comme celle-ci n'avait jamais été faite, elle nous a donc intéressé** parce qu'elle apportait des réponses aux interrogations de la communauté », M. Gérard Raymond, président de l'AFD, Association Française des Diabétiques.

Par ailleurs, cette enquête démontre que la moitié des diabétiques sont devenus utilisateurs après le dépistage de leur maladie et, parmi ceux qui en utilisaient déjà, 36% ont augmenté leurs habitudes de consommation suite au dépistage.

« Je suis diabétique depuis l'âge de 8 ans et je vais en avoir 60, j'ai donc 52 années de diabète derrière moi. J'utilise des édulcorants depuis près de 20 ans. **Consommer des produits édulcorés ne me pose pas de problème** : c'est plus simple, ça facilite la vie et en même temps cela me permet de maintenir ma glycémie à un taux correct, c'est tout bénéfice », Lucette, diabétique de type 1.

Si 64% des diabétiques consommateurs déclarent utiliser ces produits de leur propre initiative, ils sont également **46% à avoir suivi les recommandations d'un professionnel de santé** (médecins spécialistes ou généralistes) pour les guider dans leur choix.

« **Les édulcorants font partie de l'arsenal thérapeutique dont nous disposons pour gérer le diabète.** Imaginer faire rompre totalement un diabétique avec le sucre est un leurre absolu ! Le goût sucré est inscrit dans notre cerveau archaïque. Nous avons besoin d'outils pratiques et pragmatiques pour permettre à nos patients de contrôler leurs apports en sucres. Les édulcorants sont un instrument indispensable au mode de vie du diabétique et à l'acceptation de sa pathologie. Si nous n'avions pas cet outil là, nous serions très démunis pour faire accepter aux patients des modifications drastiques de comportement alimentaire », **Dr Pierre Azam, endocrinologue.**

46% des diabétiques invoquent le plaisir du goût sucré et 36% la convivialité pour justifier la consommation d'édulcorants intenses

L'enquête menée par l'AFD et l'ISA France a également démontré l'importance des édulcorants intenses dans la **qualité de vie des patients**. Les diabétiques consomment des produits à base d'édulcorants sous différentes formes : sucrettes, boissons, confiseries, produits laitiers, etc.) et pour 81% des consommateurs d'édulcorants, ceux-ci constituent une aide quotidienne dans la gestion de leur pathologie.

« **Le plaisir et la convivialité sont des éléments majeurs dans la gestion du diabète**. La thérapie ne se résume pas à la stratégie médicamenteuse, l'équilibre d'une personne atteinte de diabète intègre aussi l'équilibre nutritionnel, l'activité physique, la qualité de vie et la possibilité de vivre comme tout le monde »,

M. Gérard Raymond, président de l'AFD, Association Française des Diabétiques.

Les produits avec édulcorants permettent **de rendre moins contraignante la discipline alimentaire des diabétiques en conservant la notion de plaisir liée au goût sucré** (motivation à la consommation de 46% des diabétiques consommateurs). Ils autorisent également les diabétiques à **préserver leurs habitudes de sociabilité** en consommant les mêmes aliments que leur entourage que ce soit à la maison pour 97% d'entre eux ou chez des amis, au restaurant ou encore au travail pour 54%.

« Lorsque je fais un dessert, je remplace le sucre par de l'aspartame, et je partage ce dessert avec ma famille ou mes invités. La convivialité reste entière et je ne suis pas obligée de cuisiner à part pour moi », Lucette, diabétique de type 1.

L'absence d'offre de produits disponibles représente d'ailleurs une contrainte pour les diabétiques consommateurs d'édulcorants : 57% d'entre eux rencontrent des difficultés à faire un choix lors d'un repas ou d'un apéritif s'ils n'ont pas accès à ces produits, notamment pour les plus jeunes.

« **Plus on a d'outils qui permettent que la vie soit simple, vivable, conviviale, plus on arrive à faire passer le message du mode de vie diabétique.** La prise en charge hygiénodiététique du diabète est très importante, il nous faut des outils pour « faire comme », pour s'intégrer dans une vie sociale, pour vivre dans son travail, sa vie de famille, sa vie amicale. On l'observe de plus en plus depuis quelques années : les personnes diabétiques se socialisent beaucoup à travers les produits édulcorés », Dr Pierre Azam, endocrinologue.