



Communiquez avec :

Service d'assistance aux médias de Kellogg Canada
905-290-5416
mediahotline.canada@kellogg.com

L'ÉTOILE DU HOCKEY SIDNEY CROSBY FAIT ÉQUIPE AVEC KELLOGG POUR INCITER LES CANADIENS À DONNER LE MEILLEUR À LEUR ORGANISME EN PROFITANT DES BIENFAITS DES FIBRES

Selon un nouveau sondage, les Canadiens n'obtiennent pas la note de passage pour les fibres

MISSISSAUGA (Ontario) 6 octobre 2009 – L'étoile nationale du hockey et authentique athlète canadien Sidney Crosby donne aux Canadiens un aperçu de ce qu'il y a sous son chandail pour les encourager à consommer davantage de fibres. Le hockeyeur acclamé par tous et champion de la Coupe Stanley en 2009 endosse une campagne organisée par Kellogg Canada en revêtant une « seconde peau » peinte à la main et absolument unique en son genre. Le but : faire mieux connaître les bienfaits des fibres pour l'organisme, car les Canadiens obtiennent une très mauvaise note en la matière.

L'importance des fibres pour la santé en général a été amplement démontrée et, pourtant, les Canadiens en font une consommation nettement insuffisante. Selon un récent sondage commandé par Kellogg Canada, seulement 16 % des sondés disent respecter l'apport quotidien recommandé en fibres de 25 grammes par jour tandis que 60 % – un pourcentage écrasant – avouent ne pas savoir combien de grammes ils consomment quotidiennement.

« En tant qu'athlète, affirme Sidney Crosby, je sais combien il est important de bien manger et d'intégrer cet élément nutritif primordial dans son alimentation quels que soient l'âge ou le niveau de forme physique. Les bienfaits des fibres vont bien au-delà de ce que certains peuvent penser : votre cœur en bénéficie, de même que votre système digestif, votre poids, et votre degré d'énergie. Il est même difficile de croire que quelque chose d'aussi simple que la consommation de fibres peut être bénéfique de tant de façons pour l'organisme et, pourtant, nous n'en consommons pas assez. C'est pourquoi je suis si heureux d'appuyer les efforts de Kellogg pour inciter les Canadiens à donner le meilleur à leur organisme en profitant des bienfaits des fibres. »

Au chapitre de la consommation de fibres, le sondage de Kellogg a montré que les Canadiens plus jeunes sont plus enclins à admettre qu'ils n'en consomment pas suffisamment – 45 % des 18 à 34 ans et 41 % des 35 à 54 ans pensent qu'ils ne respectent pas l'apport quotidien recommandé en fibres. Bien des recherches scientifiques ont montré que les fibres sont bénéfiques pour la santé de plus d'une façon. Entre autres précieux bienfaits, elles favorisent la régularité, contribuent à prolonger la sensation de satiété, aident au maintien d'un taux de cholestérol sain et peuvent aussi aider à protéger contre le cancer.

« Les résultats du sondage révèlent que de nombreux Canadiens ne connaissent pas grand-chose de l'apport en fibres, affirme Christine Lowry, vice-présidente, Nutrition et Affaires générales, chez Kellogg Canada Inc. Kellogg assume un rôle de pionnier en aidant les consommateurs – jeunes et moins jeunes – à apprendre comment intégrer davantage de fibres dans leur alimentation. Les céréales sont un excellent moyen à cet égard et, parmi toutes les entreprises alimentaires, Kellogg Canada est celle qui offre le plus grand choix de céréales prêtes à consommer qui sont au moins une source de fibres, dont *les céréales All-Bran, Raisin Bran deux pelletées, Mini-Wheats, Special K Satisfaction et MultiGrain Krispies.* »

Alors, pourquoi les Canadiens obtiennent-ils une aussi mauvaise note pour la consommation de fibres ? Selon le sondage Kellogg sur les fibres, les consommateurs croient à tort que les produits portant l'indication « grains entiers » ont toujours une teneur élevée en fibres. Or, s'il est vrai que la consommation de grains entiers contribue de façon significative au maintien d'une bonne santé, les études révèlent que les effets les plus bénéfiques de la consommation d'aliments faits de grains entiers sont liés à la teneur en fibres.

FIBRE-pédie pour en savoir plus

« Les fibres procurent de très importants bienfaits et, pourtant, la consommation des Canadiens est très nettement en deçà des recommandations alimentaires¹, déclare Leslie Bonci, M.H.P., Dt.P., CSSD, LDN, conseillère en nutrition pour les Penguins de Pittsburgh, et ancienne conseillère pour les Blue Jays de Toronto. Le fait qu'on ne sait pas trop comment trouver les aliments qui contiennent des fibres contribue probablement à ce déficit en fibres au Canada. »

En plus de son partenariat avec Sydney Crosby, Kellogg Canada s'est associée à Mme Bonci pour offrir *FIBRE-pédie : Tout ce qu'il faut savoir sur les fibres* afin d'aider les consommateurs à mieux comprendre les fibres et à choisir des aliments qui offrent ces importants bienfaits pour la santé. Cette ressource téléchargeable entièrement gratuite permet aux consommateurs d'acquérir toutes les connaissances dont ils ont besoin pour intégrer de bonnes sources de fibres dans leur alimentation. Le document est disponible en ligne, avec d'autres outils utiles dont un moyen de suivre sa consommation de fibres quotidienne, à l'adresse www.kelloggsnutrition.ca.

¹ Santé Canada, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, cycle 2.2, volet nutrition (2004). Apports nutritionnels provenant des aliments : tableaux sommaires provinciaux, régionaux et nationaux, volume 1.

Ayez le réflexe Fibres

Selon le sondage Kellogg sur les fibres, les Canadiens pourraient se tourner à tort vers les produits de grains entiers pour augmenter leur consommation de fibres. Les résultats du sondage révèlent que lorsque les Canadiens voient la mention « grains entiers » sur un emballage de produit alimentaire, près de 69 % présumant que le produit en question est une source élevée de fibres. Mais en réalité, ce n'est pas toujours le cas. La teneur en fibres peut varier considérablement d'un aliment fait de grains entiers à un autre. Les aliments faits avec des ingrédients de grains entiers ne contiennent pas tous une quantité de fibres appréciable. Et certains aliments riches en fibres ne contiennent pas du tout d'ingrédients de grains entiers.

« Avec FIBRE-pédie de Kellogg Canada, lire attentivement l'étiquette nutritionnelle des produits alimentaires pour vérifier la teneur en fibres est la première étape vers une meilleure connaissance des choix à faire pour combler le déficit en fibres », déclare encore Mme Bonci.

À propos du sondage sur les fibres de Kellogg

Le sondage sur les fibres de Kellogg a été effectué par Ipsos Reid. Le sondage a été mené du 19 au 24 juin 2009 au nom de Kellogg. Pour ce sondage, un échantillon de 2010 adultes de 18 ans et plus à l'échelle nationale provenant du panel en ligne d'Ipsos a été interrogé en ligne. La pondération a été utilisée pour équilibrer les données démographiques et assurer que la composition de l'échantillon reflétait celle de la population adulte selon les données du recensement et pour fournir des résultats censés s'approcher d'un échantillon statistique. Un sondage avec un échantillon probabiliste non pondéré de cette taille et un taux de réponses de 100 % aurait une marge d'erreur estimée de +/-2,3 % 19 fois sur 20 par rapport au résultat qui aurait été obtenu en interrogeant la totalité de la population adulte canadienne. Tous les sondages avec échantillonnage sont sujets à d'autres sources d'erreur incluant, entre autres, les erreurs de couverture et les erreurs de mesure.

Au sujet de Kellogg Canada

Fondée en 1914, Kellogg Canada est le chef de file de la fabrication de céréales prêtes à consommer au Canada. On lui doit, entre autres, les marques suivantes : *Special K**, *Vector**, *All-Bran**, *Kellogg's Corn Flakes**, *Raisin Bran deux pelletées**, *Eggo**, *Nutri-Grain**, *Rice Krispies**, *pop-tarts**, *Kellogg's Frosted Flakes** et *Froot Loops**. En plus de fournir des aliments nutritifs et de bonne qualité, Kellogg Canada s'est engagée à renseigner les consommateurs sur la nutrition et une vie active saine grâce aux emballages informatifs, brochures, annonces publicitaires et symposiums conçus en collaboration avec les communautés scientifique et médicale. Pour plus d'information, visitez le site Web de Kellogg Canada à l'adresse www.kelloggs.ca.

###