



Trois nouvelles études démontrent l'intérêt des compléments alimentaires pour vieillir en bonne santé

Synadiet dévoile les résultats de 3 études médico-économiques, menées par l'institut Frost & Sullivan^[1], sur la place des compléments alimentaires dans les stratégies de prévention santé liées au bien-vieillir.



[Pour télécharger le Cahier n°1, cliquez sur ce visuel.](#)

En France, l'espérance de vie ne cesse d'augmenter.^[2] Cependant, ces années supplémentaires ne sont pas nécessairement vécues en bonne santé puisque **seules 43 % des personnes de plus de 65 ans se déclarent en bonne santé.**^[2] Face à ce défi, la **prévention des pathologies liées à l'âge est primordiale, notamment grâce au rôle significatif des compléments alimentaires.**



« Synadiet a souhaité **mettre en évidence le bénéfice pour les consommateurs de la prise de compléments alimentaires pour prévenir les inconforts liés à l'âge.** L'enjeu du vieillissement de la population française nous concernent tous : chacun d'entre nous est acteur de sa santé et doit avoir connaissance des solutions préventives qui existent pour vieillir dans le meilleur état de santé possible. », explique Christelle Chapeuil, Présidente de Synadiet.

Troubles de la vision: la prise de lutéine et de zéaxanthine pourrait éviter 46 600 cas

En France, 1,68 million de personnes de plus de 60 ans sont atteintes de troubles visuels liés à l'âge.^{[5],[6],[7],[8]}

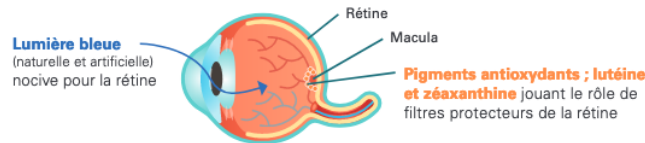
La prise de lutéine et de zéaxanthine aurait pu éviter près de 46 600 cas de troubles de la vision en France en 2019^[1,4]



Quantité journalière apportée par les compléments alimentaires : 10mg de lutéine + 2mg de zéaxanthine durant 1 an.

Les résultats de l'étude montrent qu'une prise journalière de lutéine et de zéaxanthine aurait pu éviter près de 46 600 cas de troubles de la vision en France et permettre d'économiser 1,8 milliard d'euros en 2019.^{[5],[6]}

« La lutéine et la zéaxanthine sont des pigments végétaux principalement apportés par la consommation de fruits jaune-orangés et de légumes verts à feuilles. Ils ont la capacité de former un pigment maculaire au centre de la rétine qui joue un rôle de filtre de la lumière bleue. De récents essais cliniques ont montré une diminution du risque de développer une DMLA chez les sujets prenant une supplémentation en lutéine et zéaxanthine. », expose le Dr Bénédicte Merle, chargée de recherche Inserm à l'Université de Bordeaux.



Articulations : 1,25 million de personnes pourraient bénéficier d'un effet positif sur leurs articulations grâce à la glucosamine et à la chondroïtine

Dans l'hexagone, 5,89 millions de personnes sont concernées par l'ostéo-arthrose.^{[9],[10]}

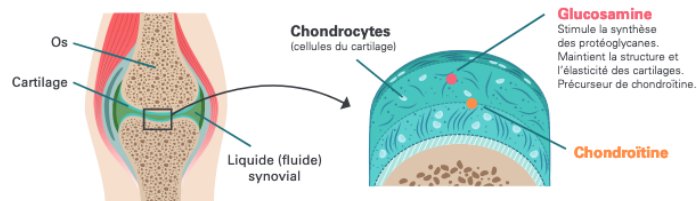
En 2019, 1,25 million de personnes auraient pu bénéficier d'un effet positif sur leurs articulations grâce à la glucosamine et à la chondroïtine



Quantité journalière apportée par les compléments alimentaires : 1,1g glucosamine + 950mg chondroïtine pendant au moins 3 mois.

D'après les résultats de l'étude, 1,25 million de personnes pourraient bénéficier d'un effet positif sur leurs articulations^{[9],[10]} grâce à l'utilisation de glucosamine et/ou de chondroïtine, pour un bénéfice potentiel total de 1,7 milliard d'euros.^[11]

« Actuellement, le traitement de 1^{ère} ligne de l'arthrose est souvent la prise d'antalgiques ou d'anti-inflammatoires non-stéroïdiens, dont l'utilisation doit être limitée. Les compléments alimentaires à base de glucosamine et la chondroïtine sont un recours essentiel pour gérer les symptômes des patients arthrosiques. Ils jouent un rôle dans la lubrification des articulations, l'hydratation et la structure du cartilage et contribuent ainsi au confort articulaire. », déclare le Pr. Yves Henrotin, Directeur de l'unité de recherche sur l'os et le cartilage à l'Université de Liège.



Déclin cognitif : 13 700 cas de démence auraient pu être évités par la prise d'oméga-3

Les troubles cognitifs concernent 1,17 million de personnes en France.^{[12],[13]}

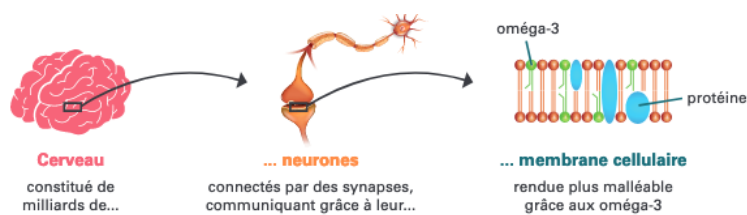
En 2019, 13 700 cas de démence auraient pu être évités par la prise d'oméga-3



Quantité journalière apportée par les compléments alimentaires : 1,2g d'oméga-3 dont 250 à 300mg de DHA* et d'EPA**.

Les résultats de l'étude montrent que, en 2019, 13 700 cas de démence auraient pu être évités par la prise d'oméga-3 pour une économie pouvant aller jusqu'à 527 millions d'euros.^{[12],[13]}

« Les bénéfices des oméga-3 justifient amplement de favoriser la supplémentation. Le cerveau a besoin d'un taux élevé de lipides comme les oméga-3 pour son développement et son fonctionnement. Ces acides gras se trouvent notamment dans certaines huiles et poissons gras. Lorsque ces aliments sont inaccessibles en quantités suffisantes pour diverses raisons, les compléments alimentaires deviennent la solution pour rééquilibrer son régime. », explique le Dr Catherine Féart, chargée de recherche Inserm à l'Université de Bordeaux.



Les compléments alimentaires : composants essentiels d'une politique de santé efficace

■ À la différence d'une politique de soin, une politique de santé publique doit prendre en compte tous les leviers de prévention



« Le système de santé que nous connaissons, centré davantage sur le soin que sur la prévention, va devoir s'adapter aux changements économiques et démographiques à venir. Dans une politique de maintien en bonne santé, le rôle des compléments alimentaires, dont la valeur préventive est reconnue et incontestable, devient stratégique. », conclut Frédéric Bizard, Économiste de santé, Président de l'Institut Santé.



A propos de SYNADIET

Syndicat professionnel indépendant créé en 1950, SYNADIET est depuis 2012 un syndicat qui regroupe la majorité des acteurs du secteur des compléments alimentaires en France. Avec plus de 240 adhérents (fabricants, façonniers, fournisseurs d'ingrédients, distributeurs, laboratoires d'analyse, consultants), SYNADIET a une force de représentativité unique en France formulant des propositions et mettant en place des actions concrètes pour une évolution responsable de son secteur d'activités, notamment sur les sujets qui ont trait à la qualité, à l'information et à la sécurité.

Contacts presse :

SYNADIET

Claire Guignier – c.guignier@synadiet.org; t :33 (0)1 44 73 86 18

AGENCE BCW

Maëly Daviles – maely.daviles@bcw-global.com; t : +33 (0)1 56 03 12 77, mob. : +33 (0)6 13 20 51 02

¹¹¹ Ces études comprennent à la fois une méta-analyse qui fait le point sur l'état des connaissances scientifiques et une étude d'impact économique.

¹¹² Statistiques de l'OCDE sur la santé 2017

¹¹³ Services de la Commission, EPS

¹¹⁴ <https://www.institut-sante.org/>

¹¹⁵ Frost & Sullivan (2018) The Health and Economic Benefits of Using Lutein & Zeaxanthin Supplements among France's Ageing Citizens. Market insight. 37p

¹¹⁶ F. Bizard (2019) Analyse stratégique et impact économique des compléments alimentaires dans le vieillissement. Pour SYNADIET. 51p

¹¹⁷ Köberlain et al (2013)

¹¹⁸ Lafuma et al (2006)

¹¹⁹ Frost & Sullivan (2018) The Health and Economic Benefits of Using Glucosamine and Chondroitin Supplements in France. Market insight. 37p.

¹²⁰ F. Bizard (2019) Analyse stratégique et impact économique des compléments alimentaires dans le vieillissement. Pour SYNADIET. 51p

¹²¹ Quantité journalière apportée par les compléments alimentaires : 1,1g glucosamine + 950mg chondroïtine pendant au moins 3 ans

¹²² Frost & Sullivan (2018) Cognitive Health and Economic Benefits of Using Omega-3 Supplements among France's Ageing Citizens. Market insight. 33p.

¹²³ F. Bizard (2019) Analyse stratégique et impact économique des compléments alimentaires dans le vieillissement. Pour SYNADIET. 51p.