



06-06-2008

## 4.000.000 de Belges font aujourd'hui régime

4 Belges sur 10 suivent actuellement un régime. En Allemagne, c'est même la moitié de la population qui est concernée. Avec 3 personnes au régime sur 10, les Pays-Bas s'adjugent le pourcentage de personnes au régime le plus bas. Maigrir avec l'accompagnement d'un diététicien ou en suivant le régime Weightwatchers sont les méthodes les plus prisées. 70 % de ceux qui ont appliqué ces techniques en sont satisfaits. Mincir commence dès le magasin, par la vérification des valeurs nutritionnelles des produits achetés. Les consommateurs sont ainsi principalement attentifs à la teneur en matières grasses, à la quantité de sucres et au nombre de calories des produits achetés. Ces conclusions sont issues d'une enquête européenne réalisée par InSites Consulting.

### A peine un Belge sur cinq n'a jamais suivi de régime

La fureur des régimes touche plus que jamais les Belges dont 40% affirment actuellement en suivre un. En Allemagne, la part de la population au régime est encore plus élevée, puisque pas moins d'une personne sur deux est concernée. Les Néerlandais semblent un peu moins s'intéresser à leur ligne, à peine 3 d'entre eux sur 10 suivent un régime. L'enquête d'InSites Consulting montre par ailleurs qu'un Belge sur cinq seulement n'a jamais tenté de perdre des kilos.

De nombreuses techniques sont utilisées pour perdre du poids : 70 % des Belges suivent un « vrai » régime, 55 % font du sport, 20 % prennent des médicaments, 15 % utilisent un gel amaigrissant et 2 % d'entre eux optent pour la liposuccion.

### Les diététiciens et Weightwatchers plébiscités

46 % des Belges estiment ne pas avoir des habitudes alimentaires saines. Ils sont 33 % à avoir déjà rendu visite à un diététicien et 70 % d'entre eux en sont très satisfaits. Outre un diététicien, il ressort que le régime Weightwatchers est très populaire. Les clients Weightwatchers se déclarent, eux aussi, très satisfaits : 70 % d'entre eux sont positifs, voire très positifs, par rapport à ce régime. Weightwatchers n'est d'ailleurs pas uniquement populaire en Belgique, mais aussi dans toute l'Europe où entre 20 % et 30 % des personnes interrogées indiquent avoir déjà suivi ce régime. Seules l'Espagne et l'Italie semblent ne pas encore avoir découvert Weightwatchers.

### Quatre personnes sur dix attentives aux valeurs nutritionnelles des produits

Quatre personnes sur dix consultent les valeurs nutritionnelles des produits pendant leurs achats. L'enquête d'InSites Consulting relève cette tendance à travers toute l'Europe. En Angleterre, ce chiffre atteint même 60 % et 50 % en Italie. Dans les tableaux de valeurs nutritionnelles, l'attention des consommateurs va surtout à la teneur en matières grasses (92 %), puis à la quantité de sucres (72 %) et au nombre de calories (71 %). « Les résultats de notre enquête indiquent que les gens recherchent de plus en plus des informations en matière d'alimentation saine. Pour les fabricants, le défi consiste à bien répondre à ce besoin et, par exemple, à placer les valeurs nutritionnelles de la manière la plus accessible possible sur l'emballage », souligne Magali Geens, Director Pharmaceutical Research.

Ces données d'enquête sont le résultat d'une étude réalisée par le département Knowledge Center Health Care d'InSites Consulting. Cette enquête a été réalisée dans 7 pays européens, au début de l'année. La méthodologie consistait en une étude en ligne. L'enquête vise à identifier des tendances dans le secteur de la santé et de la pharmacie. Cette enquête a été menée en Belgique, aux Pays-Bas, en France, en Allemagne, au Royaume-Uni, en Espagne et en Italie. Au total, 300 répondants ont participé à l'enquête dans chaque pays. Les chiffres sont représentatifs de la population nationale de chaque pays selon le sexe et l'âge (plus de 15 ans).

Communiqué de presse - 06-06-2008

---



Contact: **Magali Geens**  
**Director Pharmaceutical research**  
**magali.geens@insites.eu**  
T +32 9 269 16 04 | M +32 497 523 526

InSites Consulting est leader du marché dans le domaine des études de marché en ligne et occupe une forte position internationale. Elle a été fondée comme une spin-off de la Vlerick Leuven Gent Management School. Grâce à un panel en ligne de plus de 2.000.000 de membres dans 25 pays européens, l'agence organise des études de marché en ligne, aussi bien quantitatives que qualitatives. Le siège central de Gand compte 70 collaborateurs hautement qualifiés et expérimentés. InSites Consulting est synonyme d'expertise et de consulting, à travers l'innovation, un service clientèle excellent et une orientation qualité. Plus d'informations sur [www.insites.eu](http://www.insites.eu).