

## Communication

Maladière 45  
2000 Neuchâtel  
hne.communication@rhne.ch  
tél. 032 713 30 44-90

## COMMUNICATION AUX MEDIAS

# Le sucre, à privilégier ou à bannir?

**La dernière conférence publique de l'année des Jeudis du RHNe est consacrée au glucose. Indispensable à la bonne marche de l'organisme, sa consommation excessive est nocive pour nos cellules.**

Aujourd'hui, pas moyen de l'éviter: le sucre se cache partout. Sa présence dans certains aliments est peu surprenante, comme dans les yoghourts ou les sodas. Mais il se dissimule également là où on ne l'attend pas forcément comme dans le ketchup, la charcuterie ou les plats cuisinés du commerce. Son effet addictif est connu et l'industrie agro-alimentaire est accusée de nous rendre sciemment accros.

Si la molécule du glucose est indispensable à la bonne marche de l'organisme, sa consommation excessive est nocive pour nos cellules. Un excès de sucre constant dans le sang entraîne des dégâts potentiels comme l'apparition du diabète. Le sucre caché dans nos aliments représente donc une menace pour notre santé, dont on ne se rend pas toujours compte.

Pour quelles raisons les industriels rajoutent-ils du sucre « partout » ? Sommes-nous tous véritablement dépendant au sucre ? Quels sont les risques d'une consommation excessive ? Des professionnels de la nutrition répondront à ces questions lors de la prochaine conférence publique des Jeudis du RHNe.

### **Le sucre, à privilégier ou à bannir ?**

Jeudi 12 décembre 2019 à 19h - Auditoire – Pourtalès

#### **Intervenantes:**

Camille Steiner, BSc Nutrition et diététique  
Véronique Guerne, BSc Nutrition et diététique  
Audrey Rieben, BSc Nutrition et diététique

Neuchâtel, le 9 décembre 2019

***Le service de communication répond à vos questions au 032 713 30 44.***