



Communiqué de presse  
22 avril 2021

## **16 mai : Journée Mondiale de la maladie Cœliaque Profil-type : Qui sont les sans gluten en 2021 ?**

**A l'occasion de la Journée mondiale de la maladie cœliaque qui se tiendra le 16 mai, Because Gus, le média des sans gluten, dévoile la nouvelle édition de son baromètre annuel 2021 avec le soutien du Secteur Diététique et de l'Association Française des Intolérants au Gluten (AFDIAG).**

En 2021, les idées reçues sur le gluten et le régime sans gluten restent très répandues. **Pourtant, 24% de la population française est concernée par le sans gluten.**

8% ont adopté ce régime et 16% ont un proche concerné. Le passage au sans gluten est d'ailleurs bien souvent partagé par les proches puisqu'au sein de leur foyer, 72% des sans gluten partagent le même plat à table.

D'après le baromètre, **63% des sans gluten sont des femmes.** Elles sont d'ailleurs les plus visibles sur les réseaux sociaux notamment, supports de partage d'expérience et de recettes.

L'une des principales idées reçues est que le sans gluten ne serait qu'un effet de mode. Ce qui est bien éloigné de la réalité puisque dans **94% des cas, les sans gluten le sont par contrainte.** Parmi eux :

- 45% sont sensibles au gluten (ou hypersensibles non-cœliaques)
- 19% arrêtent le gluten pour soulager une autre maladie auto-immune ou digestive
- 13% sont intolérants au gluten (ce sont les cœliaques)
- 10% sont allergiques au blé
- 7% arrêtent le gluten pour manger comme un membre du foyer afin de limiter les contaminations croisées et traces possibles de gluten

### **Manger sans gluten pendant la pandémie**

La pandémie de Covid 19 a bouleversé nos vies en 2020 et modifié nos habitudes de consommation. Les sans gluten n'ont pas été épargnés. **43% d'entre eux confient avoir eu des difficultés à trouver des produits adaptés pendant le 1er confinement en mars 2020.** Pourtant, ils sont toujours autant à acheter des produits sans gluten, soit 98%.



Diététique

Mais ils sont désormais plus nombreux à se tourner vers le e-commerce pour se procurer les produits spécifiquement adaptés à leur régime : **11% des sans gluten en 2021 contre seulement 7% en 2019.**

De plus, 1 personne interrogée sur 2 affirme cuisiner davantage depuis la crise sanitaire. 46% ont ainsi débuté la pâtisserie sans gluten l'année écoulée tandis que 60% ont augmenté la fréquence des pâtisseries sans gluten faites-maison.

### **Le rapport des sans gluten vis-à-vis des professionnels de santé**

La relation aux professionnels de santé des sans gluten reste complexe. **55% des personnes interrogées annoncent faire plus confiance aux marques spécialisées qu'à leur médecin pour s'informer sur le sans gluten.** Seule une sur deux a informé son médecin traitant de ce régime alors que 83% d'entre elles en parlent à leurs proches.

La méconnaissance sur la maladie cœliaque reste un vrai problème dans le diagnostic et l'accompagnement de cette maladie auto-immune. **Ainsi 28% des sans gluten ont adopté ce régime sans passer de test sur les conseils d'un professionnel de santé.** Il s'agit d'une véritable erreur car, une fois le régime sans gluten adopté, il n'est plus possible de diagnostiquer la maladie cœliaque et d'assurer le suivi médical nécessaire.

**C'est pourquoi Because Gus avec ses partenaires du secteur diététique et le soutien de l'AFDIAG lance une mobilisation en ligne pour sensibiliser le grand public à ce sujet : [Les Journées du Sans Gluten](#) (du 14 au 16 mai 2021)**

#### **Méthodologie Baromètre Because Gus**

1 000 personnes représentatives de la population Française ont été interrogées permettant de définir les quotas de l'étude (type de sans gluten, sexe, âge, CSP...) puis 1 500 sans gluten ont répondu au questionnaire en 2021. Seules 897 réponses ont été conservées pour l'analyse afin de respecter les critères de représentativité.

**Par ici pour l'intégralité des résultats du Baromètre 2021 :** <https://because-gus.com/barometre-sans-gluten-2021-les-resultats/>



Diététique



## A PROPOS DE

**Because Gus** est le média en ligne des sans gluten. Fondé en 2015 par Cécile Gleize, il vise à libérer le quotidien des sans gluten en leur proposant des sujets d'actualité, des recettes, des tests produits, des conseils... Le site organise également deux événements fédérateurs : les Journées du sans gluten en mai et le Prix du produit sans gluten à l'automne. Ces deux temps forts permettent de sensibiliser aux problématiques liées au gluten, notamment via le Baromètre des sans gluten qui met en lumière cette population aux besoins spécifiques.



Diététique

**Le secteur Diététique** réunit une dizaine d'entreprises spécialisées dans la fabrication de produits sans gluten, pleinement mobilisées pour répondre aux besoins du public identifié par le Baromètre. Elles ne cessent d'innover pour leur proposer des alternatives sûres et adaptées.

Ces dernières années, des efforts de formulation conséquents ont fait évoluer l'offre présente sur le marché (matières premières sélectionnées avec soin, réduction du nombre d'ingrédients dont additifs quand cela était possible, réduction du sucre, des lipides, etc...).

Les entreprises du secteur Diététique, fabricantes de produits sans gluten le savent, les consommateurs ont soif d'information.

Afin de répondre à cette demande croissante, elles choisissent de s'inscrire dans la démarche Nutri-Score (en GMS ou magasins spécialisés selon les marques). Un choix qui doit s'accompagner d'une pédagogie nécessaire autour de ce système.



AFDIAG

**L'AFDIAG** est une association loi 1901 à but non lucratif, épaulée par un Comité médical. Elle mène une collaboration étroite avec les professionnels de santé, les instances gouvernementales, les industriels et distributeurs de l'agroalimentaire, ainsi que les professionnels de la restauration afin que chacun puisse bien vivre sans gluten au quotidien.

Née en 1989 sous l'impulsion de quelques bénévoles, l'association compte aujourd'hui environ 5 000 familles adhérentes. Animée et gérée par des cœliaques ou par des parents d'enfants cœliaques, elle s'organise autour de trois missions principales :

- Informer les intolérants au gluten et les hypersensibles au gluten non cœliaques, le public, les professionnels de santé et de l'alimentation.
- Défendre les intérêts des personnes atteintes de pathologies liées au gluten auprès des instances gouvernementales et des professionnels de l'industrie alimentaire.
- Soutenir la recherche médicale.

**CONTACT PRESSE :** Eléonore Pothelet - 06 82 97 14 30 / [elpothelet@gmail.com](mailto:elpothelet@gmail.com)