

# Prise de position face aux deux articles parus

«***Bund warnt vor veganem Essen für Kinder***» /

« Régime végétalien pointé du doigt par Berne »

**parus dans les journaux « Schweiz am Sonntag » du 13 sept. 2014 et « 20 minutes » du 17 sept. 2014**

Winterthur, 19 septembre 2014

**Récemment, l'alimentation végétane pour enfants a été sujet d'une controverse discutée dans deux articles des journaux « Schweiz am Sonntag » ainsi que « 20 minutes » Voici la prise de position officielle de Swissveg, le centre d'information le sur l'alimentation végétale.**

Lors de plusieurs entretiens avec des médecins et des mères concernées, nous avons appris que les enfants en question étaient en traitement uniquement pour un apport insuffisant en vitamine B12. Les enfants avaient des apports suffisants de tous les autres éléments nutritifs. Il est généralement connu qu'une alimentation végétane non supplémentée de vitamine B12 peut entraîner des carences en vitamine B12. Swissveg s'applique à thématiser ce sujet de manière continue depuis grand nombre d'années.

En effet, les médecins et experts en nutrition qui ont eu une formation globale dans les sciences de la nutrition ne déconseillent pas en général l'alimentation végétane pour enfants, mais essaient au contraire de parler des nombreux avantages nutritionnels de ce mode alimentaire, en l'occurrence : moins de surpoids, pas de cholestérol, un apport plus important en vitamine C et en fibres. Ces avantages n'empêchent pas l'importance de la recommandation indispensable d'une supplémentation en vitamine B12. De même qu'on conseille aux femmes enceintes de se supplémenter en acide folique afin de prévenir des carences, il est absolument vital pour les personnes véganes de veiller à un apport suffisant en vitamine B12. (En ce qui concerne l'acide folique, les personnes véganes ont souvent un meilleur apport en acide folique que les personnes omnivores.)

De fait, Swissveg recommande expressément à chaque personne choisissant l'alimentation végétane de veiller à un apport suffisant en vitamine B12. Les personnes véganes informées sont habituées à veiller à cet apport. Ces dernières années, Swissveg a pu assister grand nombre de mères véganes et leurs petits enfants qui entre temps ont grandi en pleine forme sans carences.

Malheureusement, les deux articles de *Schweiz am Sonntag* et *20 minutes* n'offrent pas de couverture médiatique équilibrée. Au contraire, ils ne mentionnent aucunement les symptômes de carence ainsi que d'autres maladies dues à une alimentation non équilibrée d'enfants non véganes.

**Swissveg**

Theo Faveto Niederfeldstr. 92 Tel.: +41 (0)71 477 33 77 EMAIL [info@swissveg.ch](mailto:info@swissveg.ch) Bankverbindung Mediensprecher CH-8408 Winterthur Fax: +41 (0)71 477 33 78 WEB [www.swissveg.ch](http://www.swissveg.ch) Postkonto 90-21299-7 .

Or lors qu'il s'agit d'un sujet de grande importance tel que la santé de nos enfants, il est fort souhaitable que le public ait accès à une information médiatique fondée et équilibrée.

Contact médias pour plus d'informations :

**Theo Favetto**

Section de la presse Swissveg

Tél.: 071 477 33 87

Mobile: 079 440 99 84

E-mail: [theo@swissveg.ch](mailto:theo@swissveg.ch)