

BiteWatch

*La nouvelle application européenne
 qui décode les produits alimentaires*



Mangez-vous trop salé, trop sucré, trop gras, trop d'additifs ?

SAFE pour Safe Food Advocacy Europe, une organisation indépendante, qui a pour but d'améliorer la protection des consommateurs européens à travers des actions menées dans les secteurs de l'alimentation et de la santé, lance une nouvelle application pour smartphone.

BiteWatch a pour but d'aider le consommateur à mieux comprendre la composition des aliments et à faire des choix nutritionnels plus sains. Elle a été développée dans le cadre du projet Preventia (prévention du diabète, de l'obésité et des maladies cardiovasculaires). Cette initiative financée par EU4Health vise à lutter contre la propagation des maladies non transmissibles en Europe et à réduire les inégalités en matière de santé. L'application BiteWatch fournit des informations claires et scientifiquement fondées sur la composition des produits scannés (sucres, sel, graisses saturées, additifs) mais aussi leur degré de transformation et leur compatibilité avec différents régimes alimentaires, tels que végétarien ou végétalien. Cette application 100% indépendante aide les consommateurs à reprendre le contrôle de leur alimentation et à préserver leur santé.

Très intuitive, elle se base sur le scan du code-barre du produit alimentaire et permet de recevoir instantanément des informations telles que :

- **La teneur en sucre, sel et graisses saturées.** À noter que pour les personnes habituées à décoder les étiquettes alimentaires, elles y retrouveront les mêmes informations.
- **La présence d'additifs.** Très bon point pour l'application qui donne pour chacun d'eux une explication basée sur des sources scientifiques en expliquant leur éventuelle dangerosité.
- **Le degré de transformation** (échelle Nova de 1 à 4) allant de l'aliment non transformé ou transformé de façon minimale à Nova 4 pour les produits alimentaires ultra-transformés.
- **Le statut végétarien** ou végétalien du produit.

L'application permet également la création d'un profil personnalisé permettant à chaque utilisateur de définir ses préférences en matière de santé ou d'environnement. Je l'ai trouvée intéressante et conscientisante, car elle met immédiatement en avant les points d'attention à prendre en compte.

Elle permet également de déjouer des slogans publicitaires un peu trop aguicheurs sur des produits qui affichent clairement un score Nova 4, comme « savourez en pleine conscience » sur un paquet de biscuits produits de façon industrielle.

L'application est téléchargeable pour iPhone et Android.

Myriam Thibaut

