



COMMUNIQUÉ DE PRESSE
SEPTEMBRE 2022

SANTÉ - BIEN-ÊTRE

ISIO 4 : NUTRITION ET PLAISIR EN QUELQUES CUILLÈRES !

Aujourd'hui et selon l'ANSES, les apports nutritionnels moyens des Français sont deux fois trop faibles¹ en termes d'Oméga 3, et 70% de la population présente une insuffisance en vitamine D². Des données qui poussent à nous questionner sur nos habitudes en cuisine, alors que l'alimentation est devenue un enjeu majeur pour bon nombre de consommateurs. Grâce à son mélange de 4 huiles de graines, l'huile Isio 4 permet notamment d'apporter certains nutriments journaliers essentiels à l'organisme³. Élaborée à partir d'huiles de graines de colza, de tournesol, d'oléisol^{®4} et de lin, cette huile s'utilise à chaque occasion ! Zoom sur une cuillère d'huile Isio 4.

ISIO 4, DES BÉNÉFICES SANTÉ DU QUOTIDIEN

Engagements, origines, apports nutritionnels... l'alimentation est plus que jamais au cœur des préoccupations des consommateurs, qui cherchent à trouver des solutions culinaires mêlant gourmandise, bienfaits et praticité. Près de 69%⁵ se disent d'ailleurs attentifs à l'impact que peut avoir leur alimentation sur leur santé et ils sont de plus en plus nombreux à s'accorder du temps pour choisir des produits correspondants au mieux à leurs attentes.

Pour répondre aux besoins nutritionnels de la famille, Isio 4 propose une huile réalisée à partir d'un mélange de 4 huiles de graines. Car les besoins nutritionnels sont différents et évoluent au fil des ans, du nouveau-né à l'adulte, cette huile de graines multi-usages s'intègre dans toutes les cuisines pour apporter facilement et quotidiennement des Oméga 3 (ALA) et Oméga 6 (AL) ainsi que certaines vitamines, disposant de bénéfices santé⁶. Chez Isio 4, "tout part de 4 graines" : colza, tournesol, tournesol oléique et lin.

“

Il est important de varier les huiles pour retrouver différents apports en nutriments et vitamines dont nous avons besoin au quotidien. Grâce à l'huile Isio 4 et à son mélange de 4 huiles de graines, deux cuillères à soupe suffisent par exemple à couvrir chez l'adulte 88% des apports recommandés en Oméga 3 ALA⁶.”

Dr Chicheportiche, médecin nutritionniste⁷



1 L'essentiel des recommandations sur l'alimentation Santé Publique France. Étude individuelle nationale des consommations alimentaires 3 (INCA 3). Maisons-Alfort : Anses, 2017. p. 535."

2 Tel qu'objectivées par le dosage de la 25 hydroxy-vitamine D (les références nutritionnelles en vitamines et minéraux, Avis de l'ANSES, Rapport d'expertise collective, mars 2021).

3 Oméga 3 (ALA) et Oméga 6 (AL).

4 Huile de tournesol à haute teneur en acide oléique

5 « Les Français toujours plus concernés par leur alimentation » - Ministère de l'agriculture et de la souveraineté alimentaire – Juillet 2018

6 Les oméga 3 (ALA) et les oméga 6 (AL) contribuent à maintenir un taux de cholestérolémie normal pour 2g/lj d'O3 (ALA) et 10g/lj d'O6 (AL) et la vitamine E participe à protéger les cellules contre le stress oxydatif. La vitamine D participe au fonctionnement normal du système immunitaire.

7 En partenariat avec Lesieur.

8 % établis par rapport à la recette ISIO4 : 80% huile de colza, 10% huile de tournesol, 5% Oléisol, 5% huile de lin.

9 Oméga 3 (ALA) - Société Française de pédiatrie et Santé Publique France 2021 : la diversification alimentaire de votre enfant jusqu'à 3 ans : 1 c. à café d'huile à partir du 4ème mois. Établis par rapport à la recette ISIO4 : 80% huile de colza, 10% huile de tournesol, 5% Oléisol, 5% huile de lin.



EN CUISINE POUR TOUTE LA FAMILLE !

Véritable allié nutrition du quotidien, l'huile Isio 4 s'utilise partout ! Dans les assaisonnements chauds ou froids, pour faire revenir les légumes ou tout simplement marié à une purée, son utilisation multiple permet d'apporter facilement et simplement, une partie importante de certains nutriments journaliers recommandés à toute la famille.

Ainsi, chez l'adulte, deux cuillères à soupe d'huile Isio 4 par jour permettent de couvrir environ **88%** des apports recommandés en O3 (ALA) et **67%** des apports recommandés en vitamine D8.

Chez les bébés de 7 à 36 mois, une cuillère à café d'huile Isio 4 apporte en moyenne **50%** des apports conseillés en oméga 3 (ALA)⁹.

“

Chez l'adulte, l'apport journalier conseillé en Oméga 3 ALA est estimé à 2,2g¹⁰ dans le cadre d'une alimentation variée et équilibrée. Une huile issue d'un mélange de 4 graines est un des moyens d'atteindre ces apports de manière simple et parfaitement intégrée dans notre quotidien.”

Dr Chicheportiche, médecin nutritionniste

Pour les enfants

Les Omégas 3 (ALA) et les Omégas 6 (AL) sont nécessaires à la croissance et aux développements normaux des enfants pour 2 g d'Oméga 3 (ALA) et 10 g d'Oméga 6 (AL) par jour dans le cadre d'une alimentation variée, équilibrée et d'un mode de vie sain.

Pour les adultes, deux cuillères à soupe d'huile Isio 4 pour :



- des Oméga 3 (ALA) et 6 (AL) qui contribuent à maintenir un taux de cholestérolémie normal pour 2g/lj d'O3 (ALA) et 10g/lj d'O6 (AL) et qui donc participent au bon fonctionnement cardiovasculaire
- de la vitamine E, un antioxydant qui contribue à protéger les cellules contre le stress oxydatif
- de la vitamine D qui contribue au maintien d'une ossature normale et au fonctionnement normal du système immunitaire

Des idées pour se régaler en famille à retrouver ici
<https://www.lesieur.fr/isio4>

À propos de Lesieur

Filiale du groupe Avril, Lesieur, entreprise française centenaire, produit et commercialise une gamme complète d'huiles végétales, de sauces et de condiments. La société est devenue une référence tant auprès du grand public que des professionnels en s'appuyant sur des marques d'huiles telles que Lesieur, Puget, ISIO 4, Coeur de Tournesol, Frial, Fleur de Colza, et en proposant un large portefeuille de produits innovants développés selon plusieurs axes forts : le goût, la qualité, la nutrition et le respect de l'environnement. Plus d'informations sur www.lesieur.fr

Contacts presse : Matriochka Influences

Anaïs Requena – anaïs.requena@mtrchk.com – 06 30 64 10 26

Joyce Provost – joyce.provost@mtrchk.com – 06 27 51 92 87

¹⁰ 10 Source : Avis de l'ANSES de mars 2021 sur les références nutritionnelles en vitamines et minéraux / ANSES, les lipides, 2021.

¹¹ 11 L'apport maternel d'acide docosahexaénoïque (DHA) contribue au développement normal du cerveau de l'enfant allaité dans le cadre d'un apport journalier