

## [Semaine du goût] Se faire plaisir malgré un diabète : les clés pour y parvenir

**Bien manger pour préserver sa santé le plus longtemps possible est tout l'enjeu de l'alimentation aujourd'hui, que l'on soit diabétique ou pas. Parce qu'il n'est pas toujours facile de cuisiner « bon et sain » alors que l'équilibre alimentaire est primordial dans la prise en charge du diabète de type 2, Roche Diabetes Care France met à jour deux outils majeurs à l'occasion de la semaine du goût : l'application Gluci-Chek et le jeu de cartes Miam Stram Grammes.**

### Une version enrichie de Gluci-Chek, l'application pour compter les glucides et suivre son diabète



Gluci-Chek, lancée en 2013, fut une des premières applications développées pour aider les patients diabétiques à compter les glucides. Depuis, elle n'a cessé d'être enrichie pour accompagner toujours mieux les patients dans la gestion quotidienne de leur maladie. **Aujourd'hui, Roche Diabetes Care France propose une refonte totale de son application.**

#### >> Un nouveau design pour une application plus intuitive

- La saisie des données de glycémie, d'insuline et de repas est facilitée avec le bouton "+".
- Les aliments peuvent être saisis par type de repas : petit-déjeuner, déjeuner, dîner et grignotage.

#### >> Une base alimentaire plus riche

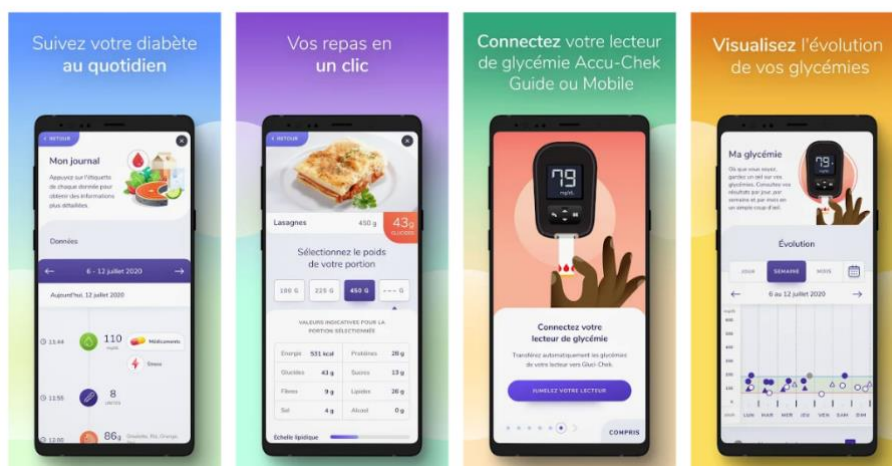
La base alimentaire de Gluci-Chek a été **complétée avec 250 nouveaux aliments**. Elle compte aujourd'hui plus de **700 aliments** au total.

#### >> Le transfert des glycémies et des doses d'insuline à son professionnel de santé

Avec la nouvelle version de Gluci-Chek, il est désormais possible pour les personnes diabétiques de **transférer les doses d'insuline saisies manuellement** et les glycémies à leur professionnel de santé grâce à la plateforme **RocheDiabetes Care Platform**.

Gluci-Chek est actuellement la seule application pour les patients diabétiques qui leur propose une information « 360 » sur leur maladie grâce à :

- Un **outil de calcul des glucides** avec visualisation des portions dans l'assiette
- Un **journal d'autosurveillance glycémique** toujours à portée de main
- **Le partage à distance avec leur professionnel de santé** des données glycémiques et unités d'insuline injectées



## Une nouvelle version de « Miam Stram Grammes » pour les patients diabétiques de type 2



Fort du succès de la première version à destination des enfants atteints de diabète de type 1, Roche Diabetes Care France propose aujourd'hui la nouvelle édition du jeu Miam Stram Grammes **destinée aux adultes diabétiques de type 2**.

Composé de 49 cartes recto-verso représentant des aliments et leurs informations nutritionnelles (lipides, glucides, protéines, valeur énergétique, index glycémique), ce jeu permet **une approche illustrée et ludique pour sensibiliser les personnes diabétiques de type 2 à l'importance de la diététique dans la prise en charge de leur maladie**.

Chaque carte aliment se voit attribuer selon leur appartenance à une famille d'aliments :

- Les féculents en jaune
- Les produits laitiers en bleu
- Les viandes, poissons et oeufs en rouge
- Les fruits et légumes en vert
- Les produits sucrés en rose
- Les corps gras en jaune clair
- L'alcool en bleu clair

>> L'objectif de Miam Stram Grammes 2 est double :

- **Pour les soignants** : sensibiliser à l'équilibre alimentaire de manière ludique, atypique et positive pour éviter le découragement du patient et améliorer leur observance en ce qui concerne l'alimentation.
- **Pour les patients** : acquérir des connaissances de base en nutrition et faciliter la mémorisation des messages délivrés.

**Une alimentation maîtrisée pour mieux comprendre la maladie et améliorer l'observance**

**Aujourd'hui, 3.9 millions<sup>1</sup> de patients ont un diabète en France, dont plus de 9 sur 10<sup>2</sup> un diabète de type 2.** Hérité, âge, mode de vie ou surpoids sont autant de facteurs qui augmentent le risque d'apparition de la maladie. Une fois installé, le diabète de type 2 doit être contrôlé, en particulier par le biais de l'alimentation. S'ils sont 61 à 75% à essayer d'améliorer leurs habitudes alimentaires<sup>3</sup>, les soignants considèrent néanmoins que 2/3 des patients doivent encore faire des progrès concernant leur alimentation<sup>3</sup>.

**C'est pour répondre au manque de connaissances, que Roche Diabetes Care France propose des solutions concrètes pour les patients.** Un patient qui connaît sa maladie est un patient avec qui les soignants peuvent avoir un véritable échange, et **cela permet à ces derniers de délivrer des conseils plus adaptés et personnalisés à chaque patient.**

#### Informations pratiques

- Gluci-Chek est téléchargeable gratuitement sur App Store et Google Play.
- Le jeu Miam Stram Grammes 2 sera en vente prochainement sur l'onglet « commande en ligne » du site [accu-chek](http://accu-chek.com) au prix de 4.50 euros TTC.

#### À propos de Roche Diabetes Care :

Roche Diabetes Care est une entreprise de santé spécialisée dans le diabète. Depuis plus de 40 ans, elle conçoit des solutions pour répondre aux besoins des patients comme des professionnels de santé : dispositifs médicaux (lecteurs de glycémie, autopiéteurs, pompes à insuline), services (support d'information et d'éducation thérapeutique) et solutions digitales (applications, plateforme pour le partage des données glycémiques entre patients et professionnels de santé).

Grâce à la mise en place d'un écosystème connectant dispositifs médicaux et solutions digitales, Roche Diabetes Care ouvre la voie à une gestion personnalisée du diabète avec pour ambition de faciliter et d'optimiser la prise en charge et le suivi de cette maladie complexe.

Roche Diabetes Care France est une filiale du groupe Roche en France, aux côtés de Roche SAS France et de Roche Diagnostics France. Pour de plus amples informations, veuillez consulter [www.roche.fr](http://www.roche.fr).

#### Contact presse :

Myriam HAMZA - [rochediabpresse@havas.com](mailto:rochediabpresse@havas.com) - 06 45 87 46 51

---

<sup>1</sup> Caisse Nationale d'Assurance Maladie. Rapport Charges et Produits juillet 2020

<sup>2</sup> Druet C, et al. Échantillon national témoin représentatif des personnes diabétiques, Entred 2007-2010. Caractéristiques, état de santé, prise en charge et poids économique des personnes diabétiques. Saint-Maurice: InVS; 2013

<sup>3</sup> Reach G, Halimi S. Avoir un diabète et l'aide des autres : les données DAWN2™ France. Médecine des maladies Métaboliques 2013 ; 7 (Suppl.1) : S39-S45