

JUPITER COMMUNICATIONS PRÉSENTE

"QUE TA NOURRITURE SOIT TA MÉDECINE"

HIPPOCRATE 

# LA SANTÉ DANS L'ASSIETTE

UN FILM DE LEE FULKERSON - PRODUIT PAR BRIAN WENDEL



JUPITER COMMUNICATIONS ET MONICA BEACH MEDIA PRÉSENTENT

FORKS OVER THE KNIVES PRODUCTEUR GÉNÉRAL BRIAN WENDEL PRODUCTEUR JOHN CORRY CO-PRODUCTEUR ALLISON BOON SCÉNARISTE ET RÉALISATEUR LEE FULKERSON CHEF OPÉRATEUR JOHN DRIFANPOULOS  
MONTEURS JOHN DRIFANPOULOS BRIAN CRANCE MICHAEL FARLEY ANIMATEUR 3D RON BOSCAZZI MUSIQUE ORIGINALE RAMÓN BALCÁZAR SON DEMETRI EVOOXADIS DOBLY DIGITAL **CMG**

[WWW.JUPITER-FILMS.COM](http://WWW.JUPITER-FILMS.COM)

© 2013 MONICABEACH MEDIA, JUPITER COMMUNICATIONS, TOUS DROITS RÉSERVÉS



**« Le médecin du futur ne soignera plus l'humain avec des médicaments mais soignera et préviendra les maladies avec une bonne nutrition.»**

Thomas Edison



# LA SANTÉ DANS L'ASSIETTE

Etats-Unis 2011 - 92 min - Couleur - VF

Format HD - 16:9 - 1:75 - Son 5.1

**SORTIE LE**  
**16 octobre 2013**



## Contact Distribution

Jupiter Communications

Jan Roeloffs

41, rue Claude Terrasse - 75016 PARIS

Tél. 01 53 84 40 90

programmation@jupiter-films.com

## Relations Presse

Stéphane Ribola

Cynaps

Tél. 06 11 73 44 06

stephane.ribola@gmail.com

Matériel de presse téléchargeable\* sur  
**WWW.JUPITER-FILMS.COM**

\* S'inscrire à l'Espace Pro.

2



# Le 16 octobre 2013: Journée mondiale de l'alimentation durable.

Selon l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO) :

- 75 % de la diversité des cultures a été perdue entre 1900 et 2000
- La diversité génétique des plantes actuellement cultivées et consommées est menacée de disparition, ce qui risque aussi de compromettre la sécurité alimentaire
- 300 000 à 500 000 espèces végétales ont été identifiées. On estime à 30 000 le nombre d'espèce de plantes en partie comestibles et à 7 000 le nombre d'espèces dont l'Homme s'est nourri au cours des siècles.

**Aujourd'hui, les disponibilités alimentaires du globe dépendent d'environ 150 espèces végétales. L'alimentation des trois quarts de la population mondiale repose sur douze d'entre elles ; seules quatre espèces de plantes (blé, maïs, riz et pomme de terre) représentent 50 % des calories végétales dans le monde aujourd'hui, et dix-huit espèces en représentent 80 %. Pour les espèces animales, 95 % de la consommation mondiale de protéines proviennent de volailles, bovins et porcs.**

- 293 millions de tonnes de viande produites en 2010 contre 48 millions en 1950
- 700 millions de tonnes de lait
- 60 milliards d'animaux
- 30% des surfaces émergées servent à l'élevage des bovins
- 70% de la production végétale sert de fourrage pour le bétail
- L'élevage intensif des bovins responsable de 18% des émissions de gaz à effet de serre

**Notre alimentation a un impact direct sur notre environnement !  
Favoriser la protéine végétale, le bio et la provenance locale améliore  
notre santé, l'environnement, l'économie et la condition animale.**

## Quelques critiques du film aux Etats-Unis

**Un film qui peut sauver votre vie** «A Film That Can Save Your Life.»

Roger Ebert, Chicago Sun-Times

**Convaincant, radical et politiquement insaisissable** «Convincing, Radical and Politically Volatile.» John Anderson, Variety

**Film formidable** «Great Movie.»

Mark Bittman, New York Times Columnist

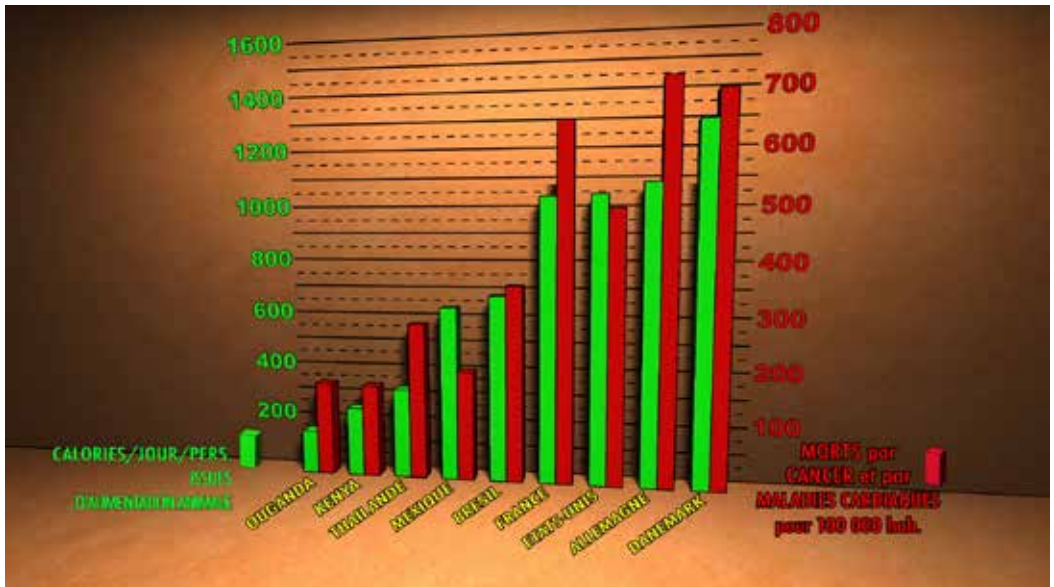
# Synopsis

Le film examine le rapport entre alimentation et santé et l'hypothèse selon laquelle le renoncement aux produits d'origine animale et industriellement transformés permettrait de soigner - voire guérir - la quasi totalité des "maladies de société" qui frappent tous les pays occidentaux.

**L'obésité :** Aujourd'hui en France 15% de la population adulte est obèse. 60% de la population française est à la limite de l'obésité qui a augmenté de 75% au cours des 15 dernières années. (Source: obEpi-Roche 2009)

**Les maladies cardiovasculaires :** elles représentent la 2e cause de mortalité dans l'hexagone. Et chaque année plus de 15 000 pontages coronariens sont exécutés. 150 000 décès par an, 13% des français traités pour maladie ou risque cardiovasculaire, soit un coût de 28,7 milliards d'euros par an pour l'Assurance Maladie soit 17% de son budget. (Source : Assurance maladie)

**Le diabète de type 2 :** En 2009, on estime à plus de 3,5 millions le nombre de personnes atteintes. (Source Association des Diabétiques de France)



Calories/Jour/Personne issues d'alimentation animale  
Morts par cancer et maladies cardiaques/100 000hab

# Synopsis suite...

Comment en sommes-nous arrivés là ? Nous possédons aujourd'hui les équipements médicaux les plus performants au monde et, à bien des égards, les gens n'ont jamais été aussi malades. Les cas de diabète explosent, tout particulièrement chez les jeunes. Près de la moitié de la population suit au moins un traitement médical ou a subi au moins une intervention chirurgicale lourde.

Chaque année, nous dépensons des milliards pour lutter contre ces fléaux. Pourtant, en France, les maladies cardio-vasculaires, les cancers et les AVC constituent toujours les trois principales causes de décès.

Par ailleurs, nous comptons par millions les personnes atteintes de maladies dégénératives diverses. Mais existerait-il une solution unique à ces problèmes ? Une solution si simple et si radicale qu'il est troublant de constater qu'elle n'ait pas encore fait l'objet d'un intérêt véritable...

Le film retrace l'itinéraire personnel du Pr. Colin Campbell, professeur émérite en biochimie nutritionnelle à l'Université Cornell, et du Dr. Caldwell Esselstyn, chirurgien de renom à la célèbre Cleveland Clinic.

Très tôt dans leur carrière, ils font des découvertes étonnantes qui les incitent tous deux à se lancer dans plusieurs études à caractère révolutionnaire. L'une de ces analyses, réalisée en Chine, est aujourd'hui considérée comme l'une des études de santé les plus exhaustives jamais menées. Ces deux hommes qui ne se connaissaient pas sont parvenus à une même conclusion saisissante : les pathologies dégénératives, les maladies cardiovasculaires, le diabète de type II, plusieurs formes de cancer pourraient presque toujours être évités, voire guéris, en adoptant un régime alimentaire basé sur les produits non-transformés d'origine végétale.

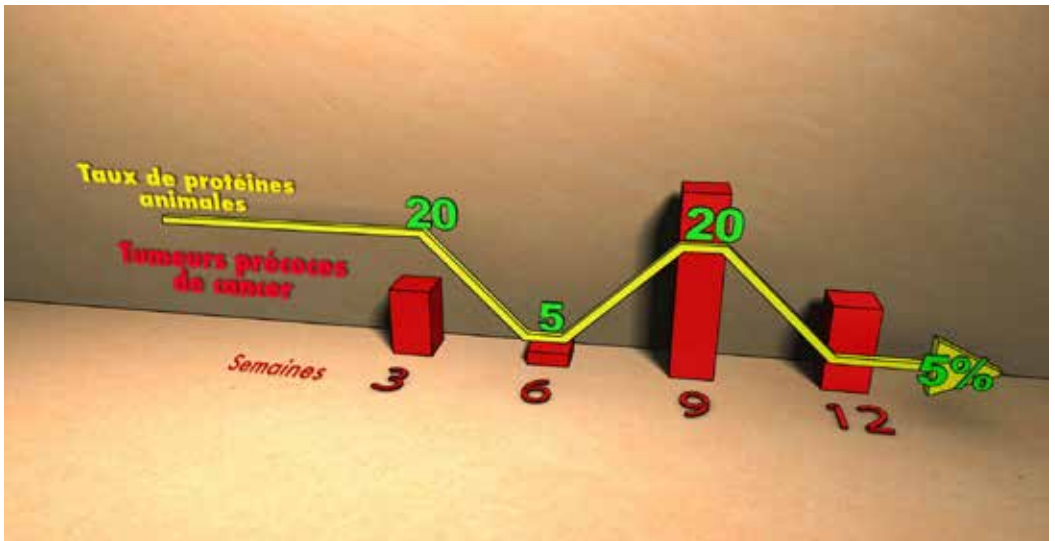
Pourtant, en dépit de l'importance fondamentale de leurs découvertes, le travail de ces chercheurs reste encore ignoré du grand public.

Ainsi le film donne la parole à plusieurs spécialistes (chercheurs, médecins, nutritionnistes) et aborde la question du lien entre régime alimentaire et maladie sous un angle qui suscitera bien des interrogations.

Le réalisateur filme aussi des patients lourdement atteints de diabète ou de maladies cardiaques qui suivent un même régime alimentaire basé sur des produits d'origine végétale. **Cette méthode naturelle appliquée comme premier traitement contre ces maladies obtient des résultats étonnants.**

Longtemps en France, nous avons cru être épargnés des maux que l'on croyait réservés à la société américaine. Les chiffres alarmants nous montrent que la France suit le même chemin ! Il n'est pas trop tard pour réagir, **il suffit de changer le contenu de notre assiette.**

Le choix nous appartient !



Expérience de régime alimentaire sur des rats avec de la nourriture en alternant 20% ou 5% de caseines avec trois semaines d'intervalle.

# Biographies



## Brian Wendel

**Initiateur du projet  
Producteur exécutif**

Brian Wendel s'intéresse depuis longtemps aux questions de santé et de nutrition. Au cours de l'été 2008, il se plonge dans la lecture de *The China Study* du Pr. Colin Campbell. Il mesure alors la portée de l'hypothèse scientifique selon laquelle un régime alimentaire basé sur des produits non-transformés d'origine végétale pourrait prévenir, voire guérir, certaines maladies.

Il considère que l'idée mérite sa place dans les débats et qu'elle doit gagner en notoriété. A cet effet, il envisage la réalisation d'un long-métrage qui, basé sur des données scientifiques, retracerait dans le même temps des expériences vécues, mêlant témoignages personnels et éléments historiques. Brian Wendel fait alors appel à une équipe expérimentée et travaille, durant deux ans, à la production de LA SANTE DANS L'ASSIETTE, son premier long-métrage.

**« Un quart de ce que vous mangez vous maintient en vie. Les autres trois quarts maintiennent votre médecin en vie. »**

Ancien proverbe égyptien





# Lee Fulkerson

## Scénariste et réalisateur

Lee Fulkerson a écrit, produit, réalisé et supervisé près de 170 heures de programmes documentaires, salués par 19 récompenses internationales. On citera notamment le prestigieux CINE SPECIAL JURY AWARD, prix du meilleur programme historique pour le petit écran, reçu en 2003 pour le pilote de la série THE COLOR OF WAR. Plus récemment, Lee Fulkerson a signé le scénario de SEVEN SIGNS OF THE APOCALYPSE, un documentaire de deux heures diffusé sur History Channel.

Il a également été : producteur exécutif et scénariste en chef de SHOWDOWN : AIR COMBAT, série documentaire de sept heures (Discovery Military Channel) ; producteur de THE COLOR OF WAR et de THE GREAT SHIPS, séries comptant respectivement 17 heures et 35 heures de programme (History Channel) ; auteur, producteur, réalisateur de THE CRASH OF FLIGHT 191, programme spécial de 90 minutes (History Channel), et co-auteur de THE LONG MARCH, documentaire de 120 minutes (History International).

Lee Fulkerson a également écrit ou produit 11 épisodes de la série documentaire BIOGRAPHY (A&E), dont les épisodes consacrés à MICHEL-ANGE, GEORGE WASHINGTON et BENJAMIN FRANKLIN. Dans le domaine de la fiction, il a co-écrit le scénario de Ascent, 3ème épisode de la saison 3 de la série télévisée DEAD ZONE (USA Network).

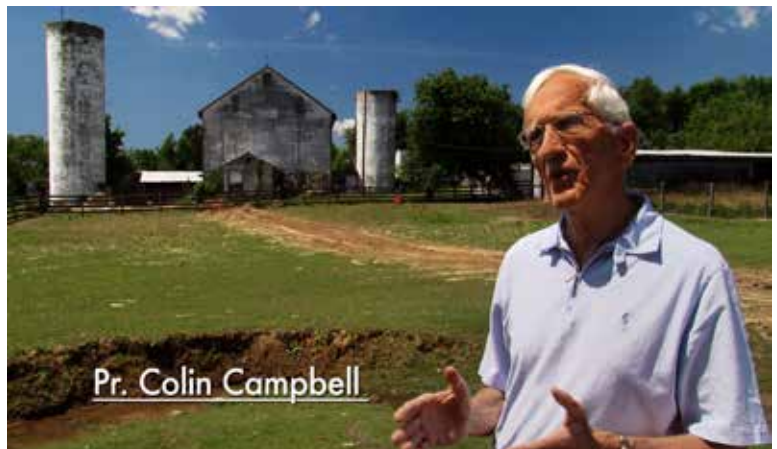
# Les Deux intervenants principaux

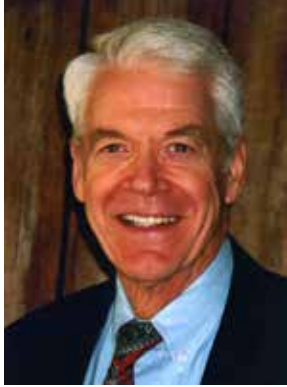


## Pr. Colin Campbell

Colin Campbell est Professeur émérite de Biochimie Nutritionnelle à l'Université Cornell, Directeur du Projet d'étude sur la santé et la nutrition en partenariat entre l'Université d'Oxford, l'Université Cornell et l'Académie chinoise. Il est également l'auteur de plus de 300 publications de recherche, lauréat de plus de 70 bourses de recherche et membre de plusieurs comités liés à la recherche.

Colin Campbell a participé activement à la mise en place de politiques nutritionnelles au niveau national et international. Professeur de renommée internationale, il a co-signé *The China Study*.





# Dr. Caldwell Esselstyn

Jouissant d'une renommée internationale dans sa discipline, le Docteur Caldwell B. Esselstyn a officié en tant que chirurgien à la Cleveland Clinic.

Il a présidé l'Association Américaine de Chirurgie Endocrinienne, et le Groupe de travail sur le cancer du sein de la Cleveland Clinic. Il a publié plus de 150 articles scientifiques dont les résultats d'une étude nutritionnelle menée sur le long terme sur le contrôle et la réversibilité des maladies coronariennes chez les patients atteints de pathologies graves.

Il est également l'auteur de l'ouvrage intitulé *Prevent and Reverse Heart Disease*.



# Les experts qui apparaissent à l'écran

LA SANTE DANS L'ASSIETTE - FORKS OVER KNIVES a été tourné aux Etats-Unis, au Canada et en Chine. Un certain nombre de professionnels y apportent leur témoignage :



## **Dr. Neal Barnard**

Professeur à la Faculté de Médecine de l'Université George Washington; Fondateur et Président du Comité de Médecins pour une Médecine Responsable; auteur, entre autres ouvrages, de *Dr. Neal Barnard's Program for Reversing Diabetes*.



## **Dr. Junshi Chen**

Professeur et Maître de recherche au Centre Chinois de Contrôle et de Prévention des Maladies, à Beijing, en Chine.



## **Connie B. Diekman**

Directrice du Département de Nutrition à l'Université Washington de Saint-Louis dans le Missouri, ancienne Présidente de l'Association Américaine de Diététique.



## **Dr. David Klurfeld**

Directeur du Programme National d'Alimentation Humaine, en collaboration avec l'USDA (Département de l'Agriculture des Etats-Unis).



## **Dr. Matthew Lederman et Dr. Alona Pulde**

Médecins, Fondateurs du Centre de santé et Bien-être « Exsalus » à Los Angeles en Californie et auteurs de *Keep It Simple, Keep It Whole: Your Guide to Optimum Health*.



## **Dr. Doug Lisle**

Psychologue, Directeur de Recherche au True North Health Center de Santa Rosa en Californie et co-auteur de *The Pleasure Trap*.



## **Dr. Terry Mason**

Haut Commissaire à la Santé du Département de Santé Publique à Chicago, dans l'Illinois.



## **Dr. John McDougall**

Médecin, Fondateur du Centre Médical du Docteur McDougall, à Santa Rosa en Californie ; auteur, notamment, de *The McDougall Plan*.



## **Dr. Pam Popper**

Fondatrice et Directrice exécutif du Wellness Forum, à Columbus, dans l'Ohio.

# AUTRES INTERVENANTS



## **Joey Aucoin**

Directeur d'une entreprise d'aménagement paysager, Joey découvre en 2006 qu'il souffre d'un diabète de type II et que son taux de cholestérol est dangereusement élevé. Obligé de suivre un traitement médicamenteux extrêmement lourd, il décide de rendre visite aux docteurs Matthew Lederman et Alona Pulde.



## **Gene Baur**

Gene a fondé la Farm Sanctuary à Watkins Glen, dans l'Etat de New York, un refuge destiné aux animaux de la ferme victimes d'abandon ou de mauvais traitements. Il est l'auteur de *Farm Sanctuary : Changing Hearts and Minds About Animals and Food*.



## **Mac Danzig**

Spécialiste des Arts Martiaux mixtes et Champion de Free Fight, Mac compte plusieurs titres mondiaux à son actif. En 2007, il remporte la finale de l'émission de téléréalité The Ultimate Fighter 6 sur SpikeTV.



## **Ruth Heidrich**

Ruth a participé à six Triathlons Ironman, à plus de 60 marathons et a remporté plus de 900 médailles à la course dans le monde entier. A 40 ans, elle apprend qu'elle est atteinte d'un cancer du sein. Elle a aujourd'hui 70 ans.



## Rip Esselstyn

Rip, fils du Docteur Caldwell Esselstyn, a été champion de natation en équipe universitaire. Athlète professionnel de triathlon durant 10 ans, il intègre ensuite, en 1997, l'unité des sapeurs pompiers d'Austin au Texas.

Quelques années plus tard, il découvre que certains de ses collègues affichent un taux de cholestérol dangereusement élevé. Il les incite alors à modifier radicalement le régime alimentaire de la caserne afin d'améliorer leur état de santé. Rip Esselstyn est aussi l'auteur de *The Engine 2 Diet*.



## San'Dera Nation

San'Dera vit et travaille à Cleveland, dans l'Ohio. Elle est suivie par le Docteur Esselstyn afin de régler ses problèmes de diabète et d'hypertension.



## Evelyn Oswick

Après son second infarctus, Evelyn s'entend dire, par son médecin traitant, qu'il n'y a désormais plus aucune solution pour éviter la mort. Elle accepte alors de faire partie du programme d'étude du Docteur Esselstyn à la Cleveland Clinic.



## Anthony Yen

Après avoir subi, sans succès, cinq pontages coronariens pour tenter de soigner la maladie cardiovasculaire dont il est atteint, Anthony s'inscrit au programme d'étude du Docteur Esselstyn à la Cleveland Clinic.

# A VOS FOURCHETTES

---

Un deuxième film accompagnera l'édition DVD de LA SANTE DANS L'ASSIETTE afin de comparer les situations aux États-Unis et en France au niveau des recommandations et actions des diverses instances ainsi que des comportements des consommateurs.

L'accent sera cependant mis sur les perspectives concrètes de commencer un régime basé sur des produits non-transformés d'origine végétale, du moins donnant beaucoup plus d'importance aux fruits et légumes, de préférence bio et d'origine locale.

En ce sens, une multitude de recettes et ambiances joyeuses faciliteront une mise en application du message principal de ces deux films : une forte diminution de la consommation de protéines animales favorise une bonne santé !

Ce deuxième documentaire donne la parole à des médecins, nutritionnistes, chefs-cuisiniers, écrivains, scientifiques et amateurs de bonne cuisine...

## NOS PARTENAIRES

---



**fémninbio**  
LE FÉMININ QUI CHANGE LA VIE

**monmarche.fr**  
LE 1<sup>er</sup> MARCHÉ FRAIS EN LIGNE

**biocontact** mangez végétarien

**BIOMOOD**  
BIEN ÊTRE AU QUOTIDIEN



**Rebelle-Santé**

**MTRL**  
Une Mutuelle pour tous



**JUPITER**