

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Rendre le régime méditerranéen plus accessible : MEDIET4ALL développe une application intelligente pour les personnes souffrant d'allergies alimentaires

Un nouvel outil numérique issu de la recherche vise à aider les personnes souffrant d'allergies alimentaires à adapter les recettes méditerranéennes traditionnelles à leurs besoins individuels, en combinant sciences alimentaires, recherche clinique et technologies numériques.

(16 septembre 2026) – Le régime méditerranéen est largement reconnu pour ses qualités nutritionnelles. Mais le rendre accessible à tous implique également de prendre en compte les contraintes de santé individuelles qui peuvent influencer les choix alimentaires. Pour les personnes souffrant d'allergies alimentaires, les plats traditionnels peuvent parfois être source d'incertitude et nécessiter l'éviction de certains ingrédients, ce qui peut limiter leur participation aux repas familiaux et aux moments de convivialité.

Le projet **MEDIET4ALL – Mediterranean Diet for All** explore la manière dont la recherche et les technologies numériques peuvent contribuer à répondre à cet enjeu.

Dans le cadre du projet, les chercheurs ont développé une **application intelligente destinée à fournir des recommandations personnalisées aux personnes souffrant d'allergies alimentaires**. En croisant le profil allergique de l'utilisateur avec des données sur les ingrédients et les recettes, l'application permet d'évaluer les risques potentiels et d'explorer différentes adaptations des recettes traditionnelles euro-méditerranéennes.

Rapprocher la recherche des choix alimentaires du quotidien

L'approche développée dans MEDIET4ALL va au-delà de la simple identification des allergènes.

Les utilisateurs peuvent créer leur profil allergique en sélectionnant les allergènes concernés ou en renseignant les résultats de tests disponibles. Ils peuvent ensuite choisir une recette dans la base de recettes méditerranéennes de l'application ou renseigner leur propre recette familiale.

L'application analyse les ingrédients et évalue les risques potentiels liés aux allergies en fonction du profil de l'utilisateur. Elle peut ensuite identifier les ingrédients nécessitant une attention particulière et proposer des adaptations de la recette, notamment des substitutions ou d'autres modifications issues des travaux de recherche menés dans le cadre du projet.

L'objectif est de transformer des connaissances scientifiques complexes en **informations accessibles, permettant aux utilisateurs de faire des choix alimentaires plus éclairés au quotidien**.

Des modèles informatiques à la validation clinique

Développer un tel outil ne repose pas uniquement sur une base de données ou un algorithme. L'un des principaux défis pour les équipes de recherche de MEDIET4ALL a été de confronter les prédictions informatiques à la réalité biologique et clinique des allergies alimentaires.

Le projet mobilise ainsi des compétences complémentaires en **biologie, immunochimie, recherche clinique, sciences alimentaires et informatique**.

Des essais cliniques menés auprès de patients à l'hôpital de Rouiba ont permis d'évaluer les prédictions du projet et de contribuer à l'amélioration des modèles numériques. En parallèle, les chercheurs ont enrichi la base de données consacrée aux ingrédients et produits alimentaires afin de mieux refléter la diversité des aliments et des recettes consommés dans la région euro-méditerranéenne.

Les travaux prennent également en compte la question de la **réactivité croisée entre allergènes**, un élément important dans l'évaluation des risques liés aux allergies alimentaires et dans le développement de recommandations personnalisées.

Concilier santé, culture alimentaire et durabilité

Pour MEDIET4ALL, la personnalisation ne se limite pas à la question de la santé. L'alimentation est également intimement liée à l'identité culturelle, à la vie familiale et aux interactions sociales.

Plutôt que d'inciter les utilisateurs à abandonner les plats traditionnels, l'application explore la manière dont ces recettes peuvent être adaptées aux besoins individuels. Cette approche vise à accompagner les personnes souffrant d'allergies alimentaires tout en leur permettant de conserver un lien avec les traditions culinaires méditerranéennes.

Les travaux du projet s'inscrivent également dans une réflexion plus large sur les **systèmes alimentaires durables et l'économie circulaire**, notamment à travers l'étude du potentiel de coproduits agroalimentaires tels que les grignons d'olive et les marcs de raisin comme sources de composés d'intérêt.

Une recherche collaborative à l'échelle euro-méditerranéenne

Le développement de cette application illustre pleinement la dimension collaborative de MEDIET4ALL.

Le projet réunit **10 partenaires issus de 8 pays euro-méditerranéens**, mobilisant des expertises et des perspectives complémentaires dans les domaines de la nutrition, de la santé, des systèmes alimentaires et des technologies numériques.

Cette approche transnationale est particulièrement pertinente pour le régime méditerranéen, dont les recettes, les ingrédients et les habitudes alimentaires varient considérablement d'un pays et d'une communauté à l'autre.

En réunissant les connaissances et les compétences scientifiques de différents territoires, MEDIET4ALL entend contribuer à une approche plus inclusive du régime méditerranéen, prenant en compte à la fois **ses qualités nutritionnelles et les besoins individuels des consommateurs**.

De la recherche à un outil numérique concret

L'application intelligente est aujourd'hui à un stade avancé de développement, les premiers essais cliniques ayant été réalisés et des ajustements complémentaires étant encore en cours.

Son développement illustre la manière dont les résultats de la recherche peuvent être transformés en **outils numériques concrets, conçus pour accompagner les choix alimentaires du quotidien**.

À mesure que les connaissances scientifiques progressent, l'application est conçue pour évoluer grâce à l'intégration de nouvelles données, de nouveaux ingrédients et de nouvelles recettes.

À terme, MEDIET4ALL souhaite contribuer à un régime méditerranéen **mieux adapté aux besoins individuels, sans perdre les traditions alimentaires et la diversité culturelle qui font sa richesse**.

À propos de MEDIET4ALL

MEDIET4ALL – Mediterranean Diet for All est un projet de recherche euro-méditerranéen qui vise à rendre les bénéfices du régime méditerranéen plus accessibles et adaptables à différents publics et besoins individuels.

Le projet réunit **10 partenaires issus de 8 pays euro-méditerranéens** et combine des expertises dans les domaines de la nutrition, des sciences alimentaires, de la santé, des technologies numériques et des systèmes alimentaires durables.

MEDIET4ALL explore plusieurs dimensions complémentaires du régime méditerranéen, de l'étude des habitudes alimentaires et l'adaptation des recettes au développement d'outils numériques et à l'étude de systèmes alimentaires plus durables.

Le projet est soutenu par le **programme PRIMA**, financé par l'Union européenne.

Pour en savoir plus : MEDIET4ALL.eu

Contact presse

Kevin Andre

Communication Officer, MEDIET4ALL

Email: kevin.andre@vitagora.com

Site web: www.mediet4all.eu