

Les compléments alimentaires placés sous surveillance

L'Afssa incite les professionnels de santé à signaler tout effet indésirable lié à la prise d'un supplément consommé en moyenne par un adulte sur cinq et un enfant sur dix.

MARIELLE COURT

SANTÉ Un adulte sur cinq et un enfant sur dix utilisent des compléments alimentaires au moins une fois par an. Gélules pour doper la mémoire, promesse de jeunesse retrouvée, retour annoncé à des formes désirées... Le marché est en pleine explosion. Au point d'inquiéter les autorités sanitaires qui viennent de mettre en place « un dispositif de vigilance ». S'ils constatent des effets indésirables après la prise d'un de ces produits, les professionnels de santé, médecins en tête, sont appelés à remplir un formulaire mis en ligne sur le site de l'Afssa (Agence française de sécurité sanitaire des aliments). « Cette déclaration sera analysée par un comité technique (1) », explique Marie Favrot, directrice de l'évaluation des risques nutritionnels et sanitaires de l'agence. « Si une situation grave apparaît, une note sera

immédiatement envoyée à nos autorités de tutelles », poursuit-elle, le comité technique ayant notamment pour mission d'essayer d'établir le lien de cause à effet.

« L'efficacité des compléments alimentaires est prouvée », insiste Jean-Loup Allain, le secrétaire général du syndicat de la diététique. Ils font d'ailleurs l'objet de déclarations auprès de la DGCCRF (Direction générale de la concurrence de la consommation et de la répression des fraudes), qui examine leur composition et réalise des contrôles à l'instar des autres catégories de denrées alimentaires.

En revanche, leur commercialisation ne nécessite pas d'autorisation individuelle de mise sur le marché comme les médicaments. « Outre les allégations qui bien souvent ne reposent sur aucune étude, il faut se méfier des circuits de distribution », rappelle Jean-Michel Borys, endocrinologue. Entre des

produits vendus en pharmacie et dont il est aisé de se procurer l'exacte composition auprès des fabricants et d'autres que l'on achète sur Internet sans guère de précisions, le fossé est immense.

Publicité mensongère

La Direction de la concurrence avait publié en avril une étude réalisée auprès de 500 entreprises spécialisées. Il en ressortait que 12,5 % des produits présentaient des anomalies en raison notamment de publicité mensongère. Mais parfois aussi du fait de la nocivité de certaines substances utilisées. Ainsi, une herbe soi-disant bénéfique vendue en Belgique il y a quelques années a eu des conséquences catastrophiques. « Elle a provoqué des insuffisances rénales et certaines personnes subissent désormais des dialyses à vie », souligne Jean-Michel Borys. Une étude américaine publiée en 2003 montre égale-

ment que le bêta-carotène dont les propriétés antioxydantes ont été longtemps utilisées pour protéger du cancer augmenterait en fait les risques du cancer du poumon chez les fumeurs. Ingurgiter certains compléments peut conduire à des surdoses. Pour le zinc, « il suffit de consommer des aliments riches en zinc associés à la prise d'un complément pour multiplier par deux les apports nutritionnels conseillés », explique encore l'Afssa. « Ce système de déclarations est positif pour son effet révélateur », précise encore Jean-Michel Borys. À une condition néanmoins : que les médecins jouent le jeu et acceptent de passer un peu de temps pour remplir le formulaire. ■

(1) Afssa, Afssaps (Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé), INVS (Institut de veille sanitaire), CAPTV (Associations des centres antipoison), AFLDD (Agence de lutte contre le dopage).