



## DOSSIER DE PRESSE

Novembre 2010

# Les compléments alimentaires : bénéfiques, inutiles ou toxiques ?

**Le jeudi 9 décembre, de 18h à 21h, Hôtel de Région, Toulouse**  
(22 Boulevard Marchéchal Juin – Métro : ligne B, station Palais de Justice)

### Une conférence-débat

avec des chercheurs en nutrition, pharmaciens, médecins, experts juridiques,  
anthropologues, représentants des consommateurs et industriels

Entrée gratuite, ouverte à tous publics.

Inscription recommandée  
[complementsalimentaires@voilà.fr](mailto:complementsalimentaires@voilà.fr)

Contact presse pour la conférence-débat  
Sylvie Berthier, Mission Agrobiosciences : 05 62 88 14 50

Pour le dossier réalisé par les étudiantes de l'ESCT  
Lauranne Caro, 06 24 21 08 43

## Sommaire

<b>Les enjeux du débat « Compléments alimentaires ».....</b>	<b>3</b>
<b>La Mission Agrobiosciences.....</b>	<b>4</b>
<b>La santé et le Groupe ESC Toulouse .....</b>	<b>5</b>
<b>Un marché survitaminé .....</b>	<b>6</b>
<b>Pour en avoir le cœur net : des promesses sous contrôle .....</b>	<b>8</b>
<b>Ce qu’il faut retenir .....</b>	<b>11</b>

## Les enjeux du débat « Compléments alimentaires »

Les relations accrues entre l'alimentation et la santé animent certes un marché mais aussi et surtout de multiples débats, au cœur d'enjeux de santé publique.

Dans un marché à forte expansion et face à des consommateurs de plus en plus demandeurs, les compléments alimentaires font l'objet de toutes les attentions : utilité, bénéfices, risques... autant de questions qui suscitent des interrogations et alimentent la polémique.

Afin de répondre clairement à vos questions, la Mission Agrobiosciences et le Groupe ESC Toulouse vous convient à un débat organisé dans le cadre du Salon International de la Sécurité et Qualité Alimentaire (SISQA).

A l'image des années précédentes, cette rencontre permettra de mettre à votre disposition une information débattue, fiable et de qualité, en s'appuyant sur les compétences d'experts de Midi-Pyrénées et autres spécialistes nationaux en alimentation et santé.

**Le jeudi 9 décembre, de 18h à 21h dans la salle de l'Assemblée de la Région (salle des élus), à Toulouse, trois tables rondes aborderont les problématiques clés du marché des compléments alimentaires :**

- « Un marché survitaminé » : Un milliard d'euros de chiffre d'affaires, une croissance énergique sur les deux dernières années : pourquoi cet engouement des consommateurs ?
- « Pour en avoir le cœur net » : Plusieurs effets indésirables signalés, des promesses remises en question : entre bénéfices et risques, quelle est l'action réelle des compléments alimentaires ?
- « Des promesses sous contrôle » : Une toxicité qui a alerté les autorités et des mesures prises afin de mieux encadrer ce secteur : que va changer réellement cette nouvelle législation ? Sera-t-elle suffisante ?

Les débats seront documentés grâce un dossier complet (évolution, chiffres, repères, définitions, entretiens d'experts) élaboré par des étudiantes<sup>1</sup> du Mastère Spécialisé « Management des Industries de la Santé » du groupe ESC Toulouse, avec la participation des meilleurs spécialistes du marché : économiste, sociologue, chercheur en nutrition, juriste, pharmacien, expert de l'Agence française de la Sécurité Alimentaire (Afssa/Anses), Syndicat des produits diététiques et compléments alimentaires...

---

<sup>1</sup> Lauranne CARO, Céline CAYROL, Emilie DALEM, Salma ESSEGHIR



## **La Mission Agrobiosciences : un centre national de médiation des nouveaux rapports science et société**

Créée en 2000 dans le cadre du Contrat de Plan Etat-Région entre le ministère de l'Agriculture et de la Pêche et la région Midi-Pyrénées, la Mission d'Animation des Agrobiosciences (MAA), par ses actions propres ou à la demande d'organismes publics ou privés, investit ses compétences dans la conception, l'organisation et l'animation de débats sur des sujets sensibles touchant le devenir de l'agriculture, de l'alimentation, des sciences et technologies du vivant, et développe des opérations de mise en culture science et société auprès des lycéens. Grâce à un réseau d'intervenants nationaux et internationaux multidisciplinaires, capables d'éclairer les différents sujets abordés, la MAA joue aujourd'hui un rôle national de médiation entre la science et la société.

Implantée en Midi-Pyrénées dans les locaux de l'Ecole Nationale de Formation Agronomique, à Auzeville, elle mène en région des actions pilotes telles que la Conversation Midi-Pyrénées, l'Université de l'Innovation Rurale à Marciac ou l'Université des lycéens. Sollicitée au plan national, elle a directement contribué aux Etats Généraux de l'Alimentation (2000), aux Forums de concertation sur l'accompagnement du renforcement de la population d'ours bruns dans les Pyrénées ou encore aux débats mis en place par le Ministère de l'Agriculture lors du Salon International de l'Agriculture. Au plan international, elle a initié le Café des Sciences de Barcelone (2003), expertisé la politique éditoriale du Centre international des hautes études agronomiques méditerranéennes (Ciheam) et anime, chaque année, les Tables Rondes de la Fédération Européenne de Zootechnie. Tous les débats organisés par la Mission Agrobiosciences donnent lieu à une publication téléchargeable gratuitement sur son site Internet [agrobiosciences.org](http://agrobiosciences.org)

### **Contact**

**Sylvie Berthier** : [sylvie.berthier@agrobiosciences.com](mailto:sylvie.berthier@agrobiosciences.com) - Tél. 05 62 88 14 50

**Site Internet (analyses, revues de presse, documents téléchargeables, agenda...)**  
[www.agrobiosciences.org](http://www.agrobiosciences.org)



## La santé et le Groupe ESC Toulouse

Le Groupe ESC Toulouse propose depuis 1991 des formations spécialisées en santé, le Mastère Spécialisé en management des Structures Sanitaires et Sociales et le Mastère Spécialisé en Management des Industries de Santé.

Il a également lancé en 2008 le Groupe de Recherche Organisations et Systèmes de Santé, dédié à la recherche auprès des organisations du secteur santé. À partir de ces différentes expertises, nous travaillons en étroite collaboration avec des partenaires régionaux, nationaux et internationaux dans le but de mener des réflexions et des recherches communes autour de sujets novateurs liés au secteur de la santé.

La conférence-débat *Les compléments alimentaires : bénéfiques, inutiles ou toxiques ?* s'inscrit pleinement dans cette finalité.

### Contact

**Françoise Le Deist responsable des MS santé / [f.le-deist@esc-toulouse.fr](mailto:f.le-deist@esc-toulouse.fr)**

**Consulter le site du groupe ESC Toulouse**

<http://www.esc-toulouse.fr/>

## Un marché survitaminé

### Vitamines, antioxydants, omégas 3, ...

Une foule de compléments alimentaires est mise sur le marché, nous promettant santé, beauté, bien-être ou minceur... Difficile de résister à un marché en plein essor, qui a connu plus de 30% de croissance en France, au cours de ces deux dernières années. Aujourd'hui, il est estimé à plus d'un milliard d'euros.

- **Un secteur dynamique en pleine évolution.** Constitué à l'origine de petits laboratoires, il est investi aujourd'hui, au vu des profits potentiels, par de grandes firmes de la pharmacie, de la cosmétique et de l'agroalimentaire. D'après l'étude Inca<sup>2</sup>, un adulte sur cinq et un enfant sur dix a pris un complément alimentaire dans l'année. Les femmes battent tous les records, avec un usage deux fois supérieur à celui des hommes. Une consommation qui, globalement, augmente avec le niveau d'étude et se pratique, le plus souvent, sous forme de cure.

- **Mais existe-t-il une définition du complément alimentaire ?** Oui, officiellement depuis 2002. La Communauté européenne indique : « *les compléments alimentaires sont des denrées alimentaires dont le but est de compléter un régime normal et qui constituent une source concentrée de nutriments ou d'autres substances ayant un effet nutritionnel ou physiologique seuls ou combinés, commercialisés sous forme de doses (gélules, comprimés, pastilles, ampoules ou sachets)* »<sup>3</sup>.

Régis par le code de la consommation, **ce ne sont pas des médicaments** ; ils ne peuvent en aucun cas se substituer à un traitement thérapeutique et leurs doses ne doivent pas dépasser les apports journaliers recommandés (AJR).

### Et vous, pourquoi en prenez-vous?

Une étude réalisée par le Synadiet (Syndicat des fabricants de produits naturels, diététiques et compléments alimentaires) indique que 87 % des personnes interrogées en consomment pour leur bien-être, 70 % pour améliorer leur état de santé et 52 % pour des raisons esthétiques<sup>4</sup>. Ce qui est certain, c'est que les Français sont friands de pilules et autres potions « miracles ».

La tendance actuelle ? Les produits à visées thérapeutiques contribuant à améliorer la santé. Parmi ces segments dits « médicalisés », qui progressent considérablement, citons les stimulants de l'immunité (+42,9%), ceux indiqués dans le cadre de la grossesse (+12,1%) et l'ophtalmologie (+3,3%)<sup>5</sup>. Malgré tout, le marché de la minceur conserve son leadership (47 %).

Reste que l'engouement n'est pas forcément synonyme de confiance aveugle. Certaines mises en cause aidant, les consommateurs réclament maintenant des preuves d'efficacité et des études scientifiques solides, promues au rang d'arguments de vente.

---

<sup>2</sup> Etude Individuelle Nationale des Consommations Alimentaires (Inca2) 2006-2007.

<sup>3</sup> Directive 2002/46/CE du Parlement Européen et du Conseil relative au rapprochement des législations des États membres concernant les compléments alimentaires, Journal Officiel des Communautés Européennes L183/51, 10 juin 2002.

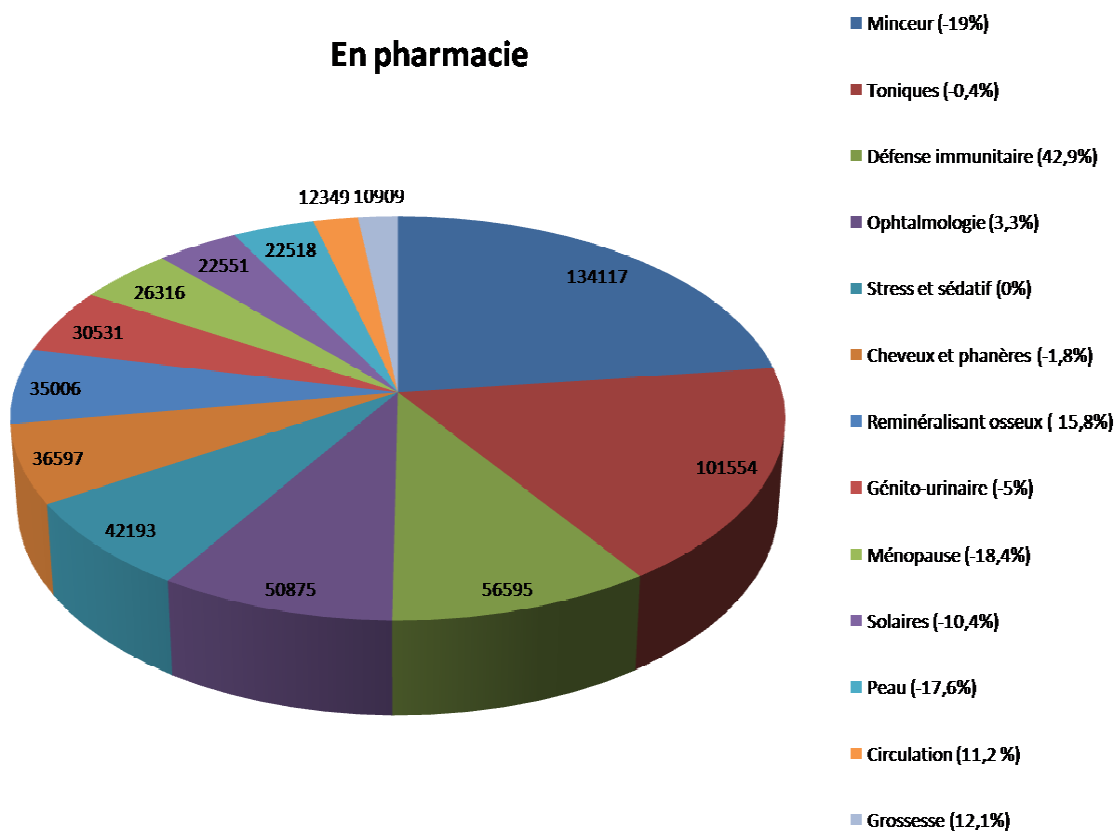
<sup>4</sup> Site du Synadiet : <http://www.synadiet.fr/les-complements-alimentaires>

<sup>5</sup> Performances des différents segments du marché des compléments alimentaires. Source : dossier spécial compléments alimentaires, Le Quotidien du Pharmacien, N°2745 du 26/04/2010

## Performances des différents segments du marché des compléments alimentaires.

Source : Dossier spécial compléments alimentaires, Le Quotidien du Pharmacien, N°2745 du 26/04/2010

### En pharmacie



## Pour en avoir le cœur net : des promesses sous contrôle

### Ce qui a changé : zoom sur la réglementation

Vendus sans ordonnance et soumis à une réglementation imprécise jusqu'en 2002, les compléments alimentaires utilisés sans modération peuvent avoir des conséquences graves sur la santé. Devant l'explosion du marché et suite à des incidents, les autorités ont pris conscience de la nécessité d'établir des mesures pour en sécuriser la consommation.

Les Autorités européennes ont émis la volonté d'instaurer un **cadre législatif commun** à l'ensemble des Etats Membres afin d'harmoniser les pratiques de ce secteur. Cette volonté a été posée par la directive 2002/46/CE, dont l'objectif était double :

- réguler les pratiques pour une concurrence plus juste
- renforcer la protection et l'information des consommateurs

De nouvelles dispositions (directive CE 19/24/2006) sont entrées en vigueur en janvier 2007. Elles déterminent trois catégories d'**allégations** désormais autorisées pour les compléments alimentaires<sup>6</sup>:

- les allégations génériques, liées à des ingrédients autorisés,
- les allégations nutritionnelles, liées à une amélioration des fonctions biologiques,
- les allégations de santé, liées à la réduction des risques de maladies et à la croissance des enfants.

Les industriels doivent donc désormais disposer **des preuves scientifiques** nécessaires pour avancer une allégation.

Depuis cette mise en place, plus de la moitié des dossiers cliniques soumis à l'EFSA<sup>7</sup> a été refusée, illustrant le flou dans lequel se trouvent encore les fabricants, qui réclament un cadre réglementaire plus clair. Cependant des rencontres avec l'EFSA et représentants des syndicats de fabricants de compléments alimentaires ont permis de clarifier certains points.

Par ailleurs en France, plusieurs enquêtes conduites par la DGCCRF<sup>8</sup> ont évalué la sécurité de ces produits.

- En 2006 et 2007, deux études axées respectivement sur les compléments alimentaires à base de plantes et la communication ont abouti à 20 retraits de commercialisation, 2 saisies, plus de 80 rappels de réglementation et 34 procès-verbaux<sup>9</sup>, sans oublier les nombreuses infractions relevées en matière de communication aux consommateurs.
- De nouveaux résultats alarmants sont publiés en avril 2009. Réalisée auprès de 500 entreprises du complément alimentaire, l'étude révèle que 12,5 % des produits présenteraient toujours des anomalies, majoritairement dues à des pratiques publicitaires mensongères ou à des problèmes

---

<sup>6</sup> <http://eur-lex.europa.eu>

<sup>7</sup> European Food Safety Authority ([www.efsa.europa.eu](http://www.efsa.europa.eu)), Autorité européenne de sécurité des aliments.

<sup>8</sup> Direction Générale de la Concurrence, de la Consommation et de la Répression des Fraudes.

<sup>9</sup> Les plantes en toute sécurité Article extrait de la revue trimestrielle « *concurrence&consommation* » de la DGCCRF n° 159 Avril-mai-juin 2008



d'étiquetage induisant le consommateur en erreur<sup>10</sup>, mais qui peuvent également relever d'effets nocifs des produits. Citons par exemple le beta-carotène qui augmente le risque de cancer du poumon chez les fumeurs<sup>11</sup> et les risques d'interactions avec des médicaments.

« *Des accidents aigus graves sont rapportés, mais il est encore trop tôt pour que nous soyons certains que les compléments utilisés soient les uniques responsables* », déclarait Marc Mortureux<sup>12</sup>, directeur général de l'AFSSA<sup>13</sup>, en octobre 2009.

Parallèlement, dans le cadre de la loi Hôpital, Patients, Santé et Territoires de juillet 2009, la France a mis en place **un dispositif national de vigilance sur les compléments alimentaires : le plan Nutrivigilance**<sup>14</sup>, destiné à mieux identifier d'éventuels effets indésirables.

Jusqu'à présent, le système d'alerte reposait sur la bonne foi des fabricants qui avaient pour obligation de rapporter à la DGCCRF toute plainte déposée par un usager ayant constaté un effet indésirable suite à la consommation de complément alimentaire.

**Projet pilote au niveau européen, le plan Nutrivigilance s'appuie désormais sur les professionnels de santé, médecins et pharmaciens.** A eux de déclarer à l'AFSSA tout effet secondaire ou indésirable détecté chez un patient, via un formulaire disponible sur le site Internet de l'Agence. L'ensemble des déclarations est ensuite analysé par le comité technique de l'Agence puis répertorié dans une base de données de la cellule vigilance compléments alimentaires.

Les premières réactions des professionnels de santé sont mitigées. Le lien entre effets secondaires et compléments alimentaires semble en effet difficile à établir : la prise de ces produits n'est jamais isolée. Elle doit être considérée dans un contexte multifactoriel, incluant l'alimentation, l'hygiène de vie et parfois des traitements médicaux.

Néanmoins, l'Afssa a déjà recensé près de 180 témoignages rendant compte d'effets secondaires des compléments alimentaires. Ce rapport devrait être rendu public d'ici la fin de l'année 2010.

## Un constat : le consommateur doit être mieux informé

Dans le cadre de leur Mastère, un groupe d'étudiantes de l'ESCT a mené une vaste recherche<sup>15</sup> bibliographique ainsi que des entretiens d'experts et d'acteurs (Autorités : DGS, AFSSA ; industriels de santé : Synadiet, Laboratoire Pierre Fabre Santé Naturactive ; acteurs spécialisés dans les études précliniques : Ambiotis ; professionnels de santé : Cabinet de conseil Nutrimarketing, pharmacien ; consommateurs)

L'un de leur constat ? Si la réglementation constitue un premier pas, elle ne pourra pas, à elle seule, mettre fin à toutes les dérives. **Le problème doit ainsi être traité sur un second front : celui de l'information et de la prise de conscience des consommateurs.**

<sup>10</sup> Site Le Figaro : <http://www.lefigaro.fr/sante/2009/10/31/01004-20091031ARTFIG00345-les-complements-alimentaires-places-sous-surveillance-.php>

<sup>11</sup> Etudes Caret, USA, 1996 et ATBC, Finlande, 1993

<sup>12</sup> Site Le Progrès : <http://www.leprogres.fr/fr/france-monde/article/2138339,192/Complements-alimentaires-attention-effets-indesirables.html>

<sup>13</sup> Agence Française de Sécurité Sanitaire des Aliments (<http://www.afssa.fr>)

<sup>14</sup> Point actualités Afssa plan de Nutrivigilance, 20 novembre 2009 (site internet Afssa)

<sup>15</sup> Télécharger le dossier des étudiantes de l'ESCT en ligne sur le site de la Mission Agrobiosciences : [http://www.agrobiosciences.org/IMG/pdf/DOSSIER\\_SANTE\\_DEFINITIF\\_definitif.pdf](http://www.agrobiosciences.org/IMG/pdf/DOSSIER_SANTE_DEFINITIF_definitif.pdf)

S'appuyant également sur une étude qualitative, réalisée auprès de consommateurs réguliers, ces mêmes étudiantes ont d'ores et déjà mis à jour les pratiques des consommateurs en matière d'informations. En voici les principaux résultats :

- Internet est sans conteste le média le plus utilisé.
- Le bouche-à-oreille est le plus influent.
- La presse féminine et/ou santé est considérée comme relativement crédible.

Quant aux comportements d'achat, **les consommateurs estiment que pharmaciens et médecins généralistes ne sont pas assez compétents sur le thème des compléments alimentaires, et préfèrent donc consulter des spécialistes comme les homéopathes, phytothérapeutes et diététiciens.**

D'une manière générale, ces derniers ont souligné, **la difficulté à obtenir une information claire et fiable sur les compléments alimentaires.**

Ils aimeraient pouvoir consulter un site de référence, **reconnu et contrôlé par une Autorité compétente** et désireraient que figure sur l'emballage une « **fiche d'identité** » mentionnant l'origine du produit, ses bienfaits, son mode d'utilisation et ses contre-indications.

## Ce qu'il faut retenir

Les consommateurs de compléments alimentaires réclament une information objective et fiable, davantage scientifique mais vulgarisée et souhaiteraient, également, disposer de documents de référence contrôlés.

Selon eux, les promesses sont souvent peu convaincantes. Jusque-là, les autorités n'obligeaient pas les industriels à prouver leurs allégations, mais depuis peu de nouvelles réglementations ayant pour but de sécuriser le secteur les y contraignent. Cependant des éclaircissements sur les attentes de l'EFSA dans les dossiers cliniques doivent être apportés.

En parallèle, l'AFSSA a mis en place le plan Nutrivigilance qui a pour objectif de mieux identifier les éventuels effets indésirables liés à la consommation de compléments alimentaires. Mais la nutrivigilance ne dispose pas encore de moyens suffisants pour assurer sa mission et reste inconnue du grand public.

Les compléments alimentaires ne sont pas des produits anodins et un mésusage peut conduire à des effets néfastes. C'est pourquoi les nouvelles dispositions réglementaires étaient indispensables. Néanmoins l'éducation et l'autonomisation des individus sembleraient une meilleure alternative à la restriction toujours plus poussée des principes actifs, et une approche complémentaire à la réglementation.

UTILE A SAVOIR
Il existe des sites de santé fiables ayant la certification HON (Health On the Net)
En cas d'effet secondaire : signaler à son médecin ou son pharmacien
Pour la très grande majorité de la population, une alimentation équilibrée suffit à apporter tous les nutriments nécessaires à la santé.