

[ACTUALITES PRODUITS]

Sécurité des produits

**Boissons énergisantes sous surveillance**

L'ANSES a rendu publique le 30 septembre 2013 son évaluation des risques liés à la consommation de boissons dites « énergisantes ». Dans le cadre de cette étude, l'ANSES a procédé à l'analyse de l'imputabilité aux boissons énergisantes de 212 signalements d'évènements indésirables (symptômes cardiovasculaires, psycho-comportementaux ou neurologiques), reçus notamment dans le cadre du dispositif de nutrivigilance.

L'ANSES constate que plus d'une centaine de boissons énergisantes sont disponibles sur le marché français, dont la composition est relativement hétérogène (caféine, taurine, glucuronolactone, vitamines B, sucres, édulcorants, extraits de guarana et ginseng), à l'exception de la caféine, qui est présente de manière quasi-systématique dans ces boissons. Aux termes de son analyse, l'ANSES juge très vraisemblable l'imputabilité aux boissons énergisantes de 25 cas de signalements (soit 12% des signalements). Les analyses réalisées par l'ANSES montrent que la caféine est le facteur explicatif majeur de ces symptômes. L'ANSES souligne toutefois que des données parcellaires suggèrent que l'association de la taurine et de la caféine dans certaines boissons énergisantes pourrait avoir un effet additionnel sur l'élévation de la pression artérielle et favoriser la survenue d'angine de poitrine.

L'ANSES recommande donc d'étudier la possibilité d'un meilleur encadrement de l'enrichissement des aliments en caféine via l'insertion de cette substance au sein du Règlement n°1925/2006 du 20 décembre 2006 concernant l'adjonction de vitamines, de minéraux et de certaines autres substances aux denrées alimentaires. L'ANSES recommande également de mieux documenter les effets de la taurine et de l'association taurine-caféine. Enfin, l'ANSES recommande aux consommateurs de limiter leur consommation de boissons caféinées, en particulier les personnes les plus à risques (femmes enceintes et allaitantes, enfants et adolescents, personnes sensibles aux effets de la caféine ou présentant certaines pathologies cardiaques ou psychiatriques) et d'éviter la consommation de boissons énergisantes en association avec de l'alcool et lors d'un exercice physique.

<http://www.anses.fr/sites/default/files/documents/NUT2012sa0212.pdf>