

Actualité

Complément alimentaire: avant tout le conseil du pharmacien!

Communication de **B A C H I**



Lors d'un communiqué récent, le Conseil Supérieur de la Santé (CSS) a fait le point sur les compléments alimentaires et a mis en exergue que la teneur en nutriments autorisée de ces compléments se situe dans un certain nombre de cas «bien au-delà des besoins nutritionnels». Le CSS estime également qu'il y a un problème de «consommation effrénée due à une publicité peu contrôlée et un accès tout à fait libre sur le marché, avec un danger pour la santé des consommateurs.

Il est dommage que dans son communiqué, le CSS oublie de mentionner le rôle du pharmacien qui encadre la délivrance des compléments nutritionnels. En Belgique, le marché des compléments alimentaires ne s'est vraiment développé qu'à l'officine, circuit conseil par excellence. En effet, 85% des compléments nutritionnels sont vendus en pharmacie; la vente en ligne et la distribution en grande surface sont des canaux de distribution tout à fait minoritaires. Le pharmacien est donc un support essentiel à la bonne utilisation du produit et à la bonne information en termes de compliance et de pharmacovigilance.

L'avis du Conseil Supérieur de la Santé

Les compléments alimentaires ont pour but de compléter l'alimentation lorsqu'elle n'apporte pas les quantités suffisantes

de nutriments nécessaires à une bonne santé. Le texte législatif en vigueur en Belgique fixe des limites maximales de nutriments basées sur l'absence de toxicité, conformément aux dispositions européennes. Mais, selon le CSS, celles-ci ne prennent pas en compte des besoins réels voire spécifiques de la population belge; il souhaiterait que les dosages soient adaptés à leurs propres recommandations. Le CSS estime que les compléments alimentaires sur le marché belge présentent régulièrement des doses trop élevées par rapport aux besoins réels des consommateurs. Aucune plus-value ne peut être tirée de produits surdosés, dit le CSS. Le Conseil Supérieur de la Santé cite en exemple le fer – qu'il est rarement utile de prendre en dose médicamenteuse –, l'iode – moins nécessaire qu'auparavant –, la vitamine C – précieuse et à ne pas galvauder – ou encore le chrome, dont le rôle biologique est mis en cause.

Un cadre réglementaire européen

Longtemps handicapé par un manque de cadrage réglementaire – générateur d'un flou peu artistique dans la composition et la qualité de ses produits – le rayon des compléments alimentaires regagne peu à peu la confiance de ses consommateurs, sous l'effet d'efforts répétés pour clarifier son statut: depuis 2002, la Directive Cadre (2002/46/CE) définit les compléments alimentaires comme « *des denrées alimentaires dont le but est de compléter le régime alimentaire 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... destinées à être prises en unités mesurées de faible quantité* ». Adaptée au droit belge, cette directive a donné lieu au décret qui soumet les produits au respect d'un cahier des charges, notamment une déclaration obligatoire de mise sur le marché, un étiquetage spécifique, une liste positive de plantes et autres substances utilisables dans les compléments alimentaires. Le texte législatif fixe des limites maximales basées sur l'absence de toxicité, conformément aux souhaits des dispositions européennes. En outre, l'agence européenne de sécurité sanitaire (EFSA) a reconnu l'intérêt scientifique des vitamines et minéraux en autorisant plus de 160 allégations de santé.

Le complément alimentaire associé à une alimentation équilibrée a toute sa place à tous les niveaux de prévention, néanmoins le conseil pharmaceutique reste le principal vecteur d'un usage raisonné afin d'éviter toute dérive.

Caution scientifique requise

Conformément à la réglementation, un complément alimentaire n'a pas vocation à revendiquer la prévention ou la guérison d'une maladie. Cependant, en agissant notamment sur la diminution de facteurs de risques de maladies et sur le bien-être en général, ils contribuent à la préservation de la santé tout au long de la vie. Ils répondent à une tendance de rationalisation de la consommation de médicaments et à la prise de conscience que des réponses mesurées et adaptées peuvent être apportées à des personnes en situation d'inconfort. La base scientifique de leur utilisation s'appuie sur les travaux de recherche de nombreuses équipes nationales et internationales. De ces travaux sont issus des consensus d'experts et de sociétés savantes sur lesquels s'appuient les autorités de santé qui recommandent certaines suppléments à des dosages bien étudiés. Ainsi par exemple, citons la supplémentation en vitamine B9 (acide folique) chez la femme enceinte en prévention des anomalies neuronales, l'intérêt de la supplémentation des personnes âgées en vitamine D et Calcium dans la prévention de l'ostéoporose, les oméga-3 que certaines sociétés scientifiques internationales de cardiologie recommandent dans certaines indications. Le conseil du pharmacien occupe rien de moins qu'une place essentielle! Les consommateurs ont besoin d'être rassurés sur les formules

Réaction de l'industrie pharmaceutique

Bachi, l'association belge qui regroupe les entreprises de l'industrie de médicaments en vente libre et des produits de santé vendus en pharmacie, a été surpris par la teneur du dernier communiqué de presse émis par le Conseil Supérieur de la Santé (CSS), explique Marc Gryssels, administrateur Bachi. Nos autorités ont en effet adapté l'AR pour se rapprocher, après examen de la sécurité des produits concernés, des normes européennes. Ces mêmes normes sont donc appliquées chez nos voisins et sont également utilisées afin de valider les allégations de santé autorisées par l'EFSA. Nos autorités belges s'appuient ensuite sur ces allégations afin de vérifier que la communication faite par les firmes pharmaceutiques respecte celles-ci. Rappelons que l'Inspection fait aussi un travail d'analyse au sein du marché afin de vérifier que les normes soient bien respectées. Dès lors, les critiques susmentionnées faites par le CSS ne peuvent être adressées à l'industrie pharmaceutique, qui ne fait que respecter le cadre réglementaire. Néanmoins, il faut toutefois rester cohérent car, si l'Europe s'harmonise sur un dosage considéré comme efficace et non surdosé et que les allégations de santé sont reconnues sur ces dosages, est-il dès lors impossible que la Belgique s'aligne sur ces derniers?

À l'heure d'Internet et de la libre circulation des produits de santé, il semble inconcevable qu'un produit ayant été accepté par l'Europe, se retrouve interdit en Belgique! S'il y a danger pour la santé publique, toute l'Europe devrait alors interdire ce dosage.

Bien sûr, il serait idéal que les compléments alimentaires soient adaptés aux besoins réels de chaque patient en fonction de son âge, de son alimentation, de son état de santé. Mais il est inimaginable de proposer un bilan de santé avant chaque achat! C'est pour cette raison que le pharmacien, en tant que partenaire de santé de première ligne, joue un rôle clé dans la délivrance du bon complément nutritionnel au bon dosage.

mais aussi qu'on leur explique la composition et les effets de ce qu'ils vont ingérer tous les jours pendant plusieurs mois! Un besoin d'encadrement évident.

D'autres leviers que le conseil du pharmacien vont sans doute jouer un rôle important à l'avenir: les études contre placebo que pourront présenter les formules, l'accent mis sur la formation aux équipes officinales... Mais aussi les modèles de prescription que suivent certains fabricants qui misent sur la visite médicale aux spécialistes pour promouvoir leurs produits. ■