

Maisons-Alfort, le 2 avril 2001

LE DIRECTEUR GENERAL

## AVIS

Saisine n° 2000-SA-0211

### **de l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments relatif à l'évaluation d'un chocolat au lait au fructose**

L'Agence française de sécurité sanitaire des aliments a été saisie le 31 juillet 2000 par la Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes d'une demande d'évaluation d'un chocolat au lait au fructose.

Après consultation du comité d'experts spécialisé Nutrition Humaine, réuni le 22 janvier 2001, l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments a rendu l'avis suivant :

Considérant que le produit est un chocolat au lait à teneur en glucides réduite, contenant du fructose à la place du saccharose, enrichi en vitamines (E et B9) et en minéraux (fer et calcium), destiné aux femmes de plus de 50 ans ayant un métabolisme glucidique perturbé tels que des problèmes de diabète ou d'intolérance au glucose ;

Considérant que le produit est présenté en tablette de 100g ; que la consommation quotidienne conseillée est de 20 g soit 3 carrés de chocolat ;

Considérant que l'enrichissement en vitamines E, B9, fer et calcium pour 100g de produit est respectivement de 12 mg, 300 µg, 6 mg et 720 mg ; que les apports nutritionnels conseillés (ANC) journaliers pour les femmes adultes ou âgées sont de 12 mg en vitamine E, 300 µg en vitamine B9, 9 mg en fer et 1200 mg en calcium ; que 20 g de produit couvrent 25%, 25%, 17% et 15% des ANC de la population cible en vitamines E et B9, en fer et en calcium respectivement ;

Considérant que les enquêtes nutritionnelles effectuées en France montrent une insuffisance de la ration calcique et un risque de carence en vitamines E et B9 chez les personnes âgées ; que en revanche les carences en fer chez les sujets de plus de 50 ans sont rares ;

Considérant le rôle pro-oxydant du fer et la compétition au niveau de l'absorption entre le fer et le calcium ;

Considérant que les apports en vitamines E, B9, fer et calcium aux doses proposées ne présentent pas de risques de toxicité ; qu'ils sont en dessous des limites de sécurité fixés respectivement à 40 mg/j, 1mg /j, 28 mg/j et 2 g/j ;

Considérant que le produit, aux doses conseillées apporte 4,6 g de fructose (23 g pour 100g) ; que l'index glycémique du fructose est inférieur à celui du saccharose ; que le fructose contribue peu à l'hyperglycémie post-prandiale et n'induit pas de sécrétion d'insuline ;

Considérant que la consommation de fructose chez des individus sensibles aux glucides (hypertriglycémiques et hyper-insulinémiques) peut modifier leur profil lipidique, en particulier en augmentant les triglycérides plasmatiques ;

Considérant que d'après l'ensemble des données scientifiques, le fructose peut être consommé en quantité raisonnable (<15% de l'énergie quotidienne et ne pas dépasser 20 à 30 g/j) par le patient diabétique s'il se substitue à un apport en saccharose ou en glucides à fort index glycémique ; que cependant les patients hypertriglycémiques devraient limiter leur consommation de fructose (et de saccharose) à des quantités très en dessous de cette limite ;

Considérant que le produit a une teneur plus élevée en lipides, principalement saturés que le produit équivalent « standard » et est donc plus énergétique ;

Considérant que les sujets diabétiques présentent un risque de perturbations de leur profil lipidique ;

Considérant que l'étiquetage ne mentionne pas la population cible ;

L'Agence française de sécurité sanitaire des aliments estime que :

- le choix du chocolat comme vecteur d'enrichissement en vitamines et minéraux, n'est pas judicieux du point de vue nutritionnel car il s'agit d'un aliment riche en lipides et donc déconseillé aux patients diabétiques,
- la substitution systématique du saccharose par du fructose dans une population de sujets diabétique ou à risque de diabète n'est pas conseillée et ce particulièrement si ces sujets sont aussi hypertriglycémiques,
- l'enrichissement, en particulier en fer, n'est pas justifié pour la population ciblée,
- l'information sur le produit peut suggérer au consommateur, qu'il a une valeur énergétique moindre qu'un produit équivalent, ce qui n'est pas le cas.

**Martin HIRSCH**