

Maisons-Alfort, le 2 avril 2001

LE DIRECTEUR GENERAL

## AVIS

Saisine n° 2000-SA-0212

### **de l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments relatif à l'évaluation d'un chocolat noir 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 noir 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 noir à teneur en glucides réduite, contenant du fructose à la place du saccharose, enrichi en vitamines E et C, destiné aux adultes 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 100 g ; que la consommation quotidienne conseillée est de 25 g soit 3 carrés de chocolat ;

Considérant que l'enrichissement en vitamines E et C pour 100 g de produit est respectivement de 10 mg et 60 mg ; que les apports nutritionnels conseillés (ANC) journaliers pour les adultes ou personnes âgées sont de 12 mg en vitamine E et 120 mg en vitamine C ; que 25 g de produit couvrent 21% et 12,5% des ANC de la population cible en vitamines E et C respectivement ;

Considérant que les personnes âgées peuvent présenter des déficiences en vitamines E et C ;

Considérant que les apports en vitamines E et C aux doses proposées ne présentent pas de risques de toxicité ; qu'ils sont en dessous des limites de sécurité fixées respectivement à 40 mg/j et 1g /j ;

Considérant que le produit, aux doses conseillées apporte 7,25 g de fructose (29 g pour 100 g) ; 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 la sécrétion d'insuline ;

Considérant que la consommation de fructose chez des individus sensibles aux glucides (hypertriglycéridémiques 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 hypertriglycéridémiques devraient limiter leur consommation de fructose (et de saccharose) 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 ;

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

- le choix du chocolat comme vecteur d'enrichissement en vitamines 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 hypertriglycéridémiques,
- 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**