

Maisons-Alfort, le 9 janvier 2007

## **AVIS**

**de l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments  
relatif à l'évaluation des justificatifs concernant l'allégation « aide à garder la  
ligne » pour une gamme de yaourts aux fruits à 0 % de matières grasses,  
présentés comme riches en calcium, contenant un extrait de thé vert et sources  
de fibres**

LA DIRECTRICE GENERALE

---

Par courrier reçu le 2 novembre 2005, l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments (Afssa) a été saisie le 27 octobre 2005 par la Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (Dgcrf) d'une demande d'évaluation des justificatifs concernant l'allégation « aide à garder la ligne » pour une gamme de yaourts aux fruits à 0 % de matières grasses, présentés comme riches en calcium, contenant un extrait de thé vert et sources de fibres.

Après consultation du Comité d'experts spécialisé « Nutrition humaine » le 23 février 2006, l'Afssa rend l'avis suivant :

Considérant que l'évaluation porte sur les justificatifs concernant les allégations revendiquées pour une gamme de yaourts à 0 % de matières grasses :

- riche en calcium ;
- source de fibres ;
- contient du thé vert ;
- « aide à garder la ligne » ;
- « des études récentes montrent que, dans le cadre d'un régime, un apport plus important en calcium aide à mieux contrôler son poids ».

Considérant que chaque pot de yaourt de 125 g contient 300 mg de calcium, 1,4 g de fibres totales, 32,5 mg d'extrait de thé vert ; que l'apport énergétique est de 66 kcal pour 100 g dont 5,4 g de protéines, 9,8 g de glucides, des lipides et notamment des acides gras saturés à l'état de traces ;

### **En ce qui concerne les trois ingrédients caractérisant le produit :**

#### *Le calcium :*

Considérant que le calcium provient d'un concentré de minéraux du lait qui est couramment utilisé dans des boissons acides et d'autres produits laitiers ; que les caractéristiques chimiques, physiques et microbiologiques sont indiquées dans le dossier ; que le procédé de production est décrit ; que l'enrichissement en calcium des yaourts par le biais d'un ajout de concentré de minéraux de lait présente un intérêt évident pour la minéralisation osseuse chez les adolescents et seniors consommant peu de calcium ;

Considérant que le produit contient 240 mg de calcium pour 100 g ou 300 mg par pot soit 30 % des AJR ; que conformément à l'avis de la CEDAP (Commission interministérielle pour les denrées destinées à une alimentation particulière) du 8 juillet 1988, l'allégation « riche en calcium » est recevable ; que l'indication selon laquelle le

yaourt proposé contient 70 % de calcium de plus (par référence à la valeur du Cical (Centre informatique sur la qualité des aliments, Afssa) de 160 mg par pot) qu'un yaourt standard aux fruits à 0 % de matières grasses est exacte ; que le pétitionnaire recommande une consommation de 2 pots par jour et indique que la consommation de 4 pots par jour (soit 1,2 g de calcium) pourrait entraîner un dépassement de la limite de sécurité fixée à 2 g par jour, surtout pour les forts consommateurs de calcium ; qu'il convient donc que la mention de ne pas consommer plus de 2 pots par jour soit indiquée sur l'étiquetage ;

*Les fibres :*

Considérant que la source d'apport en fibres est une maltodextrine résistante issue de l'amidon de maïs ; qu'un pot de yaourt de 66 kcal contient 1,4 g de fibres totales, soit une teneur en fibres supérieure à 1,5 g pour 100 kcal ; que le pétitionnaire indique que selon les autorités compétentes belges, ce produit ne relève pas du règlement relatif aux nouveaux aliments et aux nouveaux ingrédients alimentaires (Règlement CE 258/ 97) ; qu'il est certifié non OGM (Organisme génétiquement modifié) et qu'il a obtenu le statut GRAS (Generally recognised as safe) ;

Considérant que le pétitionnaire indique que ces fibres présentent la propriété de diminuer la glycémie postprandiale ; que cet argument est fondé sur la base de deux études citées dans le dossier :

- une étude (Wakabayashi *et al.*, 1995) réalisée chez l'animal analysant le profil d'absorption des glucides sur des rats recevant un régime additionné en sucres avec ou sans les fibres : le pétitionnaire indique que cette étude a mis en évidence une diminution de la glycémie postprandiale et de la sécrétion d'insuline pour l'ingestion des fibres solubles ;
- une étude (Tokunaga *et al.*, 1999) réalisée chez l'homme sur un groupe de 40 personnes saines, ayant un indice de masse corporel moyen de 23,1 : le pétitionnaire indique que la consommation d'une boisson additionnée de ces fibres au cours du repas réduit l'augmentation de la glycémie postprandiale.

Considérant que sur la base de ces études et citant le rapport de l'Afssa publié en 2002 (Afssa, 2002) le pétitionnaire revendique le statut de « fibres solubles » ; que cependant, ce composé ne figure pas sur la liste positive des ingrédients considérés comme fibres alimentaires selon le rapport Afssa ; que par conséquent, l'attribution du statut « fibres solubles » requiert une évaluation spécifique par l'Afssa ;

*L'extrait de thé vert :*

Considérant que l'extrait de thé vert est apporté sous forme de poudre hydrosoluble obtenue par extraction physique ; qu'aucune précision sur ce procédé d'extraction n'est donnée dans le dossier ; que l'extrait ne contient pas de métaux lourds, d'allergènes majeurs et ne présente pas de contamination microbiologique ;

Considérant qu'un pot de yaourt contient 32,5 mg d'extrait de thé vert, soit 10 mg de catéchines ; que ceci est équivalent à la quantité de catéchines apportée par une petite tasse de thé vert ; que ce taux de catéchines paraît faible et ne présente aucun risque ;

**En ce qui concerne les allégations**

Considérant que le pétitionnaire revendique l'allégation « aide à garder la ligne » ; que le fait que ces yaourts contiennent 0 % de matières grasses pourrait justifier le bien-fondé de cette allégation ; que les trois ingrédients caractéristiques du produit sont présentés comme pouvant agir dans ce sens ; que cependant la faible quantité, aussi bien en ingrédients considérés comme fibres totales qu'en extrait de thé vert, laisse supposer que c'est sur l'apport de calcium que repose essentiellement l'effet allégué ; que

cependant, l'analyse de la littérature montre que l'association entre apport en calcium et poids (ou indice de masse corporelle) n'est démontrée que chez certaines catégories de population (obèse ou en surpoids) et que cet effet est d'autant plus marqué dans les situations de restriction calorique (Pereira *et al.*, 2002 ; Mirmiran *et al.*, 2005) ; que les effets des autres ingrédients contenus dans les produits laitiers pourraient s'ajouter à l'effet spécifique du calcium ; que la formulation de cette allégation reste vague ;

Considérant que l'étiquetage mentionne l'allégation suivante : « *des études récentes montrent que, dans le cadre d'un régime, un apport plus élevé en calcium aide à mieux contrôler son poids* » ; que cette allégation est imprécise et sujette à controverse ; que la littérature (études d'observation et études transversales) montre que les suppléments calciques peuvent réduire le poids chez certains sujets ayant des apports bas en calcium mais pas chez les personnes ayant spontanément des apports moyens (Zemel *et al.*, 2005) ; que de plus, la majorité de ces études considère les apports en produits laitiers ou en substituts de produits laitiers et non seulement en calcium ; qu'il n'est donc pas exclu que des constituants de ces produits laitiers autres que le calcium soient à l'origine des effets observés ;

L'Afssa estime donc qu'avant de statuer définitivement, des compléments d'information devront être apportés sur :

- les fibres : il convient au pétitionnaire de fournir les informations scientifiques et techniques détaillées dans le rapport de l'Afssa et permettant d'accorder le statut de « fibres » ;
- le procédé d'extraction physique de l'extrait de thé vert.

*Références bibliographiques :*

Afssa (2002). Les fibres alimentaires : définitions, méthodes de dosage, allégations nutritionnelles.

Mirmiran P, Esmailzadeh A, Azizi F (2005). Dairy consumption and body mass index : an inverse relationship. *Int J Obes*, 29 (1), 115-21.

Pereira A, Jacobs R, Van Horn L, Slattery M, Kartashov A, Ludwig D (2002). Dairy consumption, obesity and the insulin resistance syndrome in young adults. *Am Med Assoc*, 287, N° 16.

Tokunaga K and Matsuoka A (1999). Effects of a food for specified health use (FOSHU) which contains indigestible dextrin as an effective ingredient on glucose and lipid metabolism. *J Jap Diab Soc*, 42, 61-65.

Wakabayashi S, Kishimoto Y and Matsuoka A (1995). Effects of indigestible dextrin on glucose tolerance in rats. *J endocrinol* 144, 533-538.

Zemel MB, Richards J, Mathis S, Milstead A, Gebhardt L and Silva E (2005). Dairy augmentation of total and central fat loss in obese subjects. *Int J Obes*, 29, 1-7.

Mots-clés : calcium, yaourt 0%, allégation

**Pascale BRIAND**