

Le document a été élaboré avec l'appui de 43 organisations et fondations internationales du secteur de l'alimentation, de la nutrition, de la diététique et de la médecine, et avec le soutien d'universités et de centres de recherche

Plus de 60 experts internationaux publient dans *Nutrients* le premier Consensus ibéro-américain sur les édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories

- Publié dans la revue scientifique **Nutrients**, le Consensus a été élaboré par plus de 60 experts internationaux pluridisciplinaires
- La sécurité des édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories a été largement évaluée et confirmée par les autorités réglementaires internationales en matière de santé
- Dans les programmes de contrôle du diabète, les édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories, utilisés en remplacement du saccharose ou des sucres simples, peuvent contribuer à mieux contrôler la glycémie

Madrid, 26 juillet 2018. La revue scientifique *Nutrients* a publié le premier Consensus ibéro-américain sur les édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories, élaboré par plus de 60 experts internationaux, et qui expose en un seul document le rôle de ce type d'édulcorants dans l'alimentation, leur sécurité, les mesures réglementaires et les aspects nutritionnels de leur utilisation dans les aliments et les boissons en remplacement du sucre et d'autres édulcorants caloriques.

Le principal objectif du document, comme le signale le **Prof. Lluís Serra**, professeur d'université en médecine préventive et en santé publique, directeur de l'Institut de recherche biomédicale et sanitaire de l'Université de Las Palmas de Gran Canaria et président de la Fondation pour la recherche nutritionnelle (FIN), est celui de « fournir des informations utiles fondées sur la preuve scientifique afin de contribuer à la diminution de la consommation des sucres ajoutés dans les aliments et les boissons, conformément aux recommandations proposées par les autorités internationales de la santé publique ».

Parmi les conclusions de ce Consensus, les experts ont mis l'accent sur « la sécurité des édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories, scrupuleusement révisée et approuvée, ainsi que sur leur autorisation par les organismes réglementaires internationaux en matière de santé, y compris l'Organisation mondiale de la santé (OMS), l'Agence américaine des produits alimentaires et médicamenteux (FDA, par ses sigles en anglais) et l'Autorité européenne de sécurité des aliments (EFSA, par ses sigles en anglais) », explique la **Dre Susana Socolovsky**, docteure en chimie de l'Université de Buenos Aires et présidente de l'Association argentine des technologues alimentaires. Les édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories sont des additifs alimentaires qui furent utilisés en toute sécurité, depuis plus d'un siècle, par des consommateurs du monde entier, dans le but de conserver la saveur sucrée des aliments, mais sans l'apport énergétique provenant des sucres. « De récentes analyses systématiques et des méta-analyses ont évalué et confirmé les bénéfices de ce type d'édulcorants lorsqu'ils sont utilisés pour remplacer les sucres, pour leur contribution à l'amélioration du contrôle de la glycémie chez les patients atteints de diabète », explique le **Dr Hugo Laviada**, coordinateur du groupe de recherche en nutrition et métabolisme de l'Université Marista de Mérida au Yucatán.

Ce premier Consensus ibéro-américain reprend les conclusions d'une réunion d'experts qui s'est tenue à Lisbonne en juillet 2017 et qui a été organisée par la Fondation espagnole pour la recherche nutritionnelle, en collaboration avec l'Université Lusófona de Lisbonne, avec le soutien de 43 organisations et fondations œuvrant dans le champ de l'alimentation, de la nutrition et de la diététique, de sociétés médicales, d'universités et de centres de recherche européens et ibéro-américains. Lors de cette rencontre, un total de 67 experts internationaux provenant de différentes disciplines telles que la nutrition et la diététique, l'endocrinologie, la santé publique, l'activité physique et le sport, la pédiatrie, l'infirmierie, la toxicologie et la législation alimentaire, ont analysé le rôle des édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories dans l'alimentation. Selon le **Prof. Serra**, « ce document de Consensus répond à la volonté de la Fondation pour la recherche nutritionnelle de réviser et de divulguer la preuve scientifique actuelle sur la sécurité et les avantages des édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories utilisés comme substituts du sucre et d'autres édulcorants caloriques ».

La sécurité des édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories

La sécurité des édulcorants est évaluée régulièrement par de nombreux comités scientifiques et organismes de réglementation internationaux, tels que le Comité mixte FAO/OMS d'experts des additifs alimentaires (Joint FAO/WHO Expert Committee on Food Additives, JECFA) et la Commission du CODEX Alimentarius (CAC) qui ont émis des rapports favorables en vue de leur utilisation. « Grâce à un cadre réglementaire rigoureux et aux exigences en matière toxicologique opérant à l'échelle mondiale, il est possible de confirmer que les édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories sont des additifs qui peuvent être employés en toute sécurité dans l'alimentation de l'ensemble de la population », indique le **Prof. Arturo Anadón**, professeur du département de Pharmacologie et de Toxicologie de la Faculté de médecine vétérinaire de l'Université Complutense de Madrid en Espagne.

Le JECFA est aussi l'organisme chargé de définir la dose journalière admissible (DJA) des additifs alimentaires et, par conséquent, celle des édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories. La DJA représente la quantité d'un additif alimentaire, exprimée en fonction du poids corporel, qui peut être consommé quotidiennement dans l'alimentation pendant toute une vie, sans aucun risque pour la santé. À ce sujet, la **Dre Rebeca López-García**, directrice de Logre International Food Science Consulting du Mexique, signala que « la DJA ne représente pas le niveau maximum de la consommation quotidienne et de doit pas être considérée comme le point où le seuil de sécurité est franchi, car elle dispose elle-même d'une marge de sécurité et se base sur une exposition tout au long de la vie ».

Dans ce sens, l'Agence des produits alimentaires et médicamenteux (FDA, par ses sigles en anglais), l'autorité chargée de la réglementation des additifs alimentaires aux États-Unis, a souligné que la consommation occasionnelle de quantités supérieures à la DJA ne provoquerait pas d'effets nocifs.

En Europe, la réglementation des édulcorants est traitée par l'Autorité européenne de sécurité des aliments (EFSA, par ses signes en anglais), et plus précisément par son groupe d'experts sur les additifs alimentaires et les sources de nutriments ajoutés aux aliments, qui évalue régulièrement la sécurité de ces denrées alimentaires. Actuellement, les édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories dont l'utilisation dans les aliments et les boissons est autorisée au sein de l'UE sont : l'acésulfame K, l'advantame, l'aspartame, le cyclamate, la néohespéridine DC, le néotame, la saccharine, le sel d'aspartame-acésulfame, les glycosides de stéviol, le sucralose et la thaumatine.

La composition et l'étiquetage nutritionnel des denrées alimentaires contenant des édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories

Les édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories permettent d'obtenir un goût sucré, avec une faible quantité de calories ou sans apport calorique, et peuvent être utilisés dans une multitude de produits du secteur de l'alimentation et des boissons, y compris dans les desserts glacés, les milk-shakes, les boissons végétales, les nectars et les boissons à base de jus de fruits, les yaourts, les sodas, les biscuits, les chewing-gums et les friandises.

L'étiquetage des aliments lié aux additifs alimentaires doit respecter les exigences établies dans chacune des zones commerciales où sont vendus les produits alimentaires. Les édulcorants doivent être mentionnés sur la liste des ingrédients et le terme d'édulcorant doit être indiqué dans la dénomination du produit alimentaire. De plus, lorsqu'un produit alimentaire ou une boisson contient de l'aspartame ou des sels d'aspartame-acésulfame, l'étiquette du produit doit obligatoirement porter l'indication « contient une source de phénylalanine ». Cette mention est particulièrement importante pour les personnes souffrant de phénylcétonurie.

La **Dre Susana Socolovsky** rappela que « l'objectif est que le consommateur soit toujours dûment informé de la présence de ces ingrédients dans les denrées alimentaires qui se trouvent à sa portée. Il est nécessaire que le consommateur soit en mesure de lire et de comprendre les étiquettes des produits alimentaires, et pour cela, il convient de promouvoir des campagnes visant à consolider l'éducation du consommateur ».

Le rôle des édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories dans le contrôle du poids et dans les maladies chroniques

Les édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories apportent une faible quantité de calories ou peuvent ne contenir aucune calorie. Dans ce sens, le document de Consensus révèle que l'utilisation des édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories dans les programmes de contrôle de poids, comme substituts du saccharose ou des sucres simples, peut favoriser la diminution de l'apport énergétique global et la perte de poids. Dans le cas des personnes diabétiques, l'utilisation de ces édulcorants dans leur programme de contrôle peut contribuer à améliorer la gestion de leur glycémie. Comme l'a souligné le **Prof.Samuel Durán**, vice-président du Collège des nutritionnistes du Chili et professeur à l'Université Saint-Sébastien (Chili), « la consommation des aliments et des boissons contenant des édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories peut aider à remplacer la consommation calorique et des sucres ajoutés, et peut être par conséquent une option intéressante pour les patients souffrant de diabète ».

D'autre part, le document de Consensus indique également que les édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories peuvent présenter des avantages pour la santé dentaire, puisque les produits qui contiennent les édulcorants peuvent réduire le risque de carie dentaire.

Les guides alimentaires portant sur les édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories

Le document de Consensus, en accord avec l'OMS et la preuve scientifique actuelle, recommande que la consommation de sucre ajouté apporte un maximum de 10 % de l'apport énergétique. Ainsi, l'utilisation des édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories dans la reformulation des produits

alimentaires pourrait être une stratégie utile et durable pour atteindre cet objectif. À ce sujet, le **Prof. Sérgio Cunha Velho de Sousa** de l'Hôpital pour enfants du Centre hospitalier universitaire de Coimbra au Portugal, indique que « les sucres présents dans les aliments remplissent d'autres fonctions qui vont au-delà de l'apport du goût sucré. Ainsi, il n'est pas toujours possible de les éliminer ou de les remplacer totalement sans nuire à leur qualité et à leur stabilité ».

Le **Prof. Sérgio Cunha Velho de Sousa** rajoute que « le dialogue avec les fabricants d'aliments et de boissons est nécessaire afin de débattre sur la reformulation des produits, en vue de réduire la consommation des sucres ajoutés et/ou de remplacer la totalité ou une partie de la teneur en sucre par des édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories. En plus de la reformulation, d'autres stratégies telles que la réduction de la taille des portions devraient être envisagées ».

L'éducation alimentaire et nutritionnelle et le comportement du consommateur

Finalement, ce Consensus témoigne de la nécessité de garantir au consommateur l'accès à une information rigoureuse et de qualité, transparente et facilement compréhensible par le grand public. Selon le **Dr Tommaso Bochicchio**, professeur de néphrologie de la Faculté de médecine de l'Université La Salle de Mexico et directeur de néphrologie de l'Institut mexicain de greffes à Cuernavaca de Morelos, « les professionnels de la santé doivent recevoir une formation continue, car ils représentent une source d'information de référence aussi bien pour la population en général que pour les patients. Il serait également approprié de diffuser des informations à travers des bulletins d'information, des réunions scientifiques, des congrès et par le biais d'autres canaux d'information des organismes scientifiques et des professionnels œuvrant dans les différents domaines liés à la santé ».

Les consommateurs accèdent à de multiples sources d'information sur l'alimentation, la nutrition et la santé qui ne sont pas toujours fiables et qui peuvent souvent entraîner de fausses idées ou mener à des confusions inutiles. Le **Dr Caomhan Logue** du Nutritional Innovation Centre for Food & Health (NICHE), de l'Université d'Ulster en Irlande du Nord, affirme « qu'il est nécessaire de disposer de moyens efficaces qui permettent d'informer le public des preuves scientifiques sur les édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories, afin d'améliorer leurs connaissances sur ce type d'édulcorants et de les aider à prendre des décisions de façon éclairée et adaptée à leurs besoins ». Il poursuit en soulignant que « l'importante utilisation des nouvelles technologies et des réseaux sociaux favorise la rapide diffusion et l'échange d'informations et que ces nouvelles formes de communication peuvent être l'occasion d'offrir aux consommateurs des informations fondées sur des preuves et fiables sur la sécurité des édulcorants sans calories ou à faible teneur en calories et sur les possibles avantages que leur utilisation peut avoir sur la santé ».

Serra-Majem LI, Raposo A, Aranceta-Bartrina J, Varela-Moreiras G, Logue C, Laviada H et al. Ibero-American Consensus on Low- and No-Calorie Sweeteners: Safety, Nutritional Aspects and Benefits in Food and Beverages. *Nutrients*, 2018;10(7):818-849

Pour plus d'informations :

Cabinet de presse de la Fondation espagnole pour la recherche nutritionnelle (FIN)
Ángela Rubio/Isabel Estévez. Tél.: + 34 915 901 437