

Consultation

L'amélioration de l'étiquetage des produits de santé naturels : mieux informer pour un choix éclairé

24 septembre 2021

 **ASPQ**
ASSOCIATION POUR LA SANTÉ
PUBLIQUE DU QUÉBEC



Auteure

Laurence Sauvé-Lévesque, inf., M.Sc

Révision

Marie-Jeanne Rossier-Bisaillon, Dt.P., M.Sc.

*Ce document est disponible intégralement en format électronique (PDF)
sur le site web de l'Association pour la santé publique du Québec : www.aspq.org*

*Les informations contenues dans le document peuvent être citées,
  condition d'en mentionner la source.*

  Association pour la santé publique du Québec (2021).

Association pour la santé publique du Québec (ASPQ)

L'ASPQ est une association autonome regroupant citoyens et partenaires pour faire de la santé durable une priorité. La santé durable s'appuie sur une vision à long terme qui, tout en fournissant des soins à tous, s'assure aussi de les garder en santé par la prévention. L'ASPQ priorise l'inscription de la santé dans la notion du développement durable et soutient une approche collaborative à travers le Québec.

Depuis 2008, l'ASPQ chapeaute la Coalition québécoise sur la problématique du poids (Coalition Poids) qui a pour mandat de revendiquer des modifications législatives et réglementaires et des politiques publiques afin de favoriser la mise en place d'environnements facilitant les saines habitudes de vie, qui contribuent à prévenir les problèmes de poids et les maladies chroniques. La Coalition Poids réunit les appuis de près de 700 partenaires issus de différents milieux tels que le monde municipal, de l'éducation, de la santé, de la recherche, de l'environnement, de la nutrition et de l'activité physique.

Notre organisation conseille, enquête, sensibilise, mobilise des acteurs et émet des recommandations basées sur les données probantes, des consensus d'experts, l'expérience internationale et l'acceptabilité sociale.

5455 av. de Gaspé, bureau 200
Montréal (Québec)
H2T 3B3



info@aspq.org | aspq.org



info@cqpp.qc.ca | cqpp.qc.ca

Avant-propos

Depuis 2003, l'ASPQ surveille, documente et informe la population et les professionnel.le.s de la santé sur les risques associés à l'utilisation de produits, services et moyens amaigrissants (PSMA). En 2019, elle a lancé la campagne de sensibilisation *Méfiez-vous des apparences trompeuses!*

Nos objectifs sont :

- Informer la population sur l'inefficacité et les risques des PSMA ;
- Surveiller les pratiques publicitaires et promotionnelles de l'industrie des PSMA contrevenant à la réglementation ;
- Informer sur l'importance des saines habitudes de vie pour toutes et tous, sans égard au poids.

Ainsi, considérant que les produits de santé naturels à visée amaigrissante constituent l'un des types de PSMA les plus promus sur le marché et bénéficient d'un marketing souvent trompeur, l'ASPQ est heureuse de partager ses commentaires dans le cadre de la consultation visant l'amélioration de l'étiquetage des produits de santé naturels.

Les stratégies de promotion des produits de santé naturels à visée amaigrissante

Les produits de santé naturels (PSN) à visée amaigrissante sont nombreux sur le marché. L'essor de cette industrie dans les dernières années ainsi que la popularité et l'engouement envers ces produits indique que leur utilisation risque de continuer de s'intensifier dans le futur.

D'ailleurs, le contexte pandémique a augmenté l'attrait des PSN en général. En effet, selon les données Nielson, 18% des Canadien.nes rapportent en consommer davantageⁱ. Parallèlement, en juin 2021, 43 % des adultes québécois rapportaient une augmentation de leur préoccupation à l'égard du poids dans le dernier mois comparativement à avant la pandémieⁱⁱ. La préoccupation à l'égard du poids est l'un des meilleurs prédicteurs des pratiques de contrôle du poidsⁱⁱⁱ. De plus, l'industrie de l'amaigrissement profite de la vulnérabilité de la population pour promouvoir ses produits naturels à visée amaigrissante. Ainsi, tout porte à croire que la COVID-19 augmente le recours aux PSN à visée amaigrissante.

Les PSN à visée amaigrissante sont promus par l'industrie de l'amaigrissement à travers une multitude de campagnes marketing. En effet, la surveillance effectuée par notre organisme a permis de constater **l'omniprésence des publicités et promotions de PSN à visée amaigrissante dans les pharmacies, en ligne, sur les réseaux sociaux et dans les médias traditionnels.** Ceux-ci bénéficient d'une grande variété de promotions en lien avec le prix : 2 pour 1, prix réduit, paiement différé, rabais lors d'achat multiple ou bien cadeau avec achat. De plus, les combos « minceur » mis de l'avant par plusieurs compagnies peuvent inclure **jusqu'à 9 PSN à consommer quotidiennement.**

Les combos « minceur » mis de l'avant par plusieurs compagnies peuvent inclure **jusqu'à 9 PSN à consommer quotidiennement.**

Présentée comme faisant partie intégrale d'un mode de vie sain, la prise de PSN est souvent banalisée et trop peu déclarée aux professionnel.le.s de la santé traitants. D'ailleurs, l'industrie de l'amaigrissement profite du mythe concernant l'innocuité des PSN pour valoriser ses produits minceur. Un sondage Léger mené pour le compte de l'ASPQ en mars 2021 indiquait que **21 % de la population québécoise croit que les PSN à visée amaigrissante sont sans danger^{iv}**. Néanmoins, tout comme les PSN de manière générale, les produits minceur peuvent nuire à la santé physique en raison de leurs ingrédients médicinaux et non médicinaux ou de leur interaction avec des médicaments sous ordonnance ou autres PSN. Ils représentent aussi un **risque supplémentaire pour la santé mentale des consommateurs et consommatrices.**

21 % de la population québécoise croit que les PSN à visée amaigrissante sont sans danger.

En effet, le culte de la minceur, bien enraciné dans notre société, consiste à associer faussement minceur avec réussite, santé et beauté. Ainsi, il est directement lié avec l'insatisfaction corporelle ressentie par de nombreux Canadien.ne.s. Ce n'est donc pas étonnant que **six personnes sur dix aient entrepris des efforts pour perdre du poids ou pour maintenir leur poids dans la dernière année** et que la moitié de la population québécoise (52 %) est insatisfaite de son poids^v. Ainsi, nombreux sont ceux et celles qui vivront des échecs à répétitions en se tournant vers des méthodes dites rapides et efficaces pour perdre du poids.

Dans les faits, **il n'existe aucune méthode démontrée scientifiquement efficace pour perdre du poids de manière durable^{vi}**. Malgré cela, pour vendre leur recette miracle et convaincre la population de l'efficacité de celle-ci, certaines compagnies mettent de l'avant les résultats d'études scientifiques peu concluantes pour affirmer qu'une perte de poids rapide et sans effort est assurée. Trop souvent, cette commercialisation suggère la possibilité d'atteindre une silhouette parfaite et renforce les idéaux de beauté irréalistes^{vii}. **L'information qui se retrouve sur la boîte, l'encart, l'étiquette ou le dépliant du PSN devrait être une source factuelle et fiable.** Malheureusement, les petits caractères ou le manque de clarté empêchent les consommateurs et consommatrices de prendre connaissance des risques pour leur santé et d'être en mesure de faire un choix éclairé quant à l'utilisation des PSN à visée amaigrissante.

60 % de la population québécoise a entrepris des efforts pour perdre du poids ou pour maintenir son poids dans la dernière année.

Il n'existe aucune méthode démontrée scientifiquement efficace pour perdre du poids de manière durable.

Recommandations

L'ASPQ est en faveur de la proposition de Santé Canada d'amélioration de l'étiquetage des PSN. Il est essentiel que les Canadien.ne.s aient accès à une information claire et juste lorsqu'ils envisagent la consommation d'un PSN.

1. Imposer un tableau d'information standardisé

À l'heure actuelle, l'étiquetage des PSN à visée amaigrissante ne permet pas de s'informer adéquatement sur les risques associés, les contre-indications, ni de comparer les produits entre eux. Ainsi, nous sommes d'avis que **le tableau d'information standardisé permettra aux consommateurs et consommatrices de faire un choix sécuritaire et éclairé**. Il est du devoir de Santé Canada de protéger la population.

2. Réduire l'ensemble des délais d'application à 3 ans

Les délais prévus pour permettre aux entreprises de se conformer au nouveau règlement sont trop longs. Considérant que l'étiquetage des produits déjà homologués et disponibles sur le marché est problématique, il est exagéré d'octroyer un délai supplémentaire de 6 ans. Ces délais d'application avantagent les compagnies au détriment de la santé de la population, qui ne dispose présentement d'aucune information faire un choix éclairé et/ou s'assurer d'une consommation sécuritaire. L'ASPQ recommande que **tous les PSN, particulièrement ceux à visée amaigrissante, se conforment dans un délai maximal de 3 ans suivant l'entrée en vigueur de la proposition**.

3. Inviter les consommateurs et consommatrices à rapporter les effets secondaires des PSN

L'industrie des PSN est en effervescence et les signalements d'événements indésirables sont sous-rapportés à travers le pays : par le fait même, les torts évitables sont sous-estimés. Ceci étant, et dans le but d'augmenter le taux de déclaration des effets secondaires, il faut profiter de la modernisation de la présentation des coordonnées pour ajouter une **mention invitant le consommateur et la consommatrice à rapporter tout type d'effets secondaires**. Il est nécessaire d'encourager les consommateurs et consommatrices à rapporter les effets secondaires liés à l'utilisation de PSN. Rappelons qu'une enquête menée par La Presse en 2014 révélait que 177 individus avaient subi des complications après avoir consommé des produits de santé naturels à visée amaigrissante entre 1993 et 2012 au Canada, dont 100 victimes entre 2008 et 2012. Parmi les victimes, 8 % sont décédés et 50 % ont été hospitalisées^{viii}.

4. Apposer une mise en garde concernant la consommation de plusieurs PSN

De plus, comme mentionné plus haut, comme les compagnies encouragent la consommation concomitante de plusieurs produits, nous sommes d'avis que le règlement devrait comprendre une **mise en garde sur l'étiquetage indiquant clairement que l'homologation du produit ne comprend pas la consommation de plusieurs PSN simultanément, et ce, même si ceux-ci proviennent d'une même compagnie**. Étant donné les pratiques de commercialisation actuelles et le mythe concernant l'innocuité des PSN, cette information est nécessaire pour le consommateur et la consommatrice. En effet, il faut les mettre en garde, non seulement quant au risque d'interaction avec les médicaments sous ordonnance, mais aussi quant au risque de consommer une panoplie de PSN simultanément.

5. Mieux encadrer le marketing des PSN à visée amaigrissante

En complément à l'étiquetage, d'autres mesures réglementaires comme l'encadrement spécifique des PSN à visée amaigrissante, notamment en matière de publicités, sont souhaitables pour protéger la santé physique et mentale des Canadien.ne.s.

En effet, plusieurs informations trompeuses apparaissent dans les publicités de PSN à visée amaigrissante, particulièrement en ce qui concerne les propos avancés par les faux experts et la banalisation de certains ingrédients naturels^{ix}. De plus, l'avis scientifique de l'Institut national de santé publique du Québec publié en 2008 soulignait déjà qu'au Québec, et par le fait même au Canada, l'encadrement législatif de ces produits est complexe, morcelé et incomplet^x. Considérant l'essor et l'omniprésence de l'industrie de l'amaigrissement, ainsi que les conséquences sur la santé des PSN à visée amaigrissante, il est grand temps que les législations soient revues et adaptées à la nouvelle réalité, et ce pour la sécurité des Canadien.ne.s.

Sources

ⁱ NielsenIQ CINA Survey. COVID-19 Impact wave 3 study, Nov.2020

ⁱⁱ Institut national de santé publique du Québec. (2021). *Pandémie, habitudes de vie, qualité de sommeil et préoccupation à l'égard du poids – 15 juin 2021*. Repéré à <https://www.inspq.qc.ca/covid-19/sondages-attitudes-comportements-quebecois/habitudes-de-vie-juin-2021>

ⁱⁱⁱ Jalbert Y. (2015). *Démasquer l'industrie de l'amaigrissement : appel à l'action*. Association pour la santé publique du Québec. Repéré à <http://bel.uqtr.ca/id/eprint/3234/1/D%C3%A9masquer%20l'industrie%20de%20l'amaigrissement.pdf>

^{iv} Sondage Léger pour le compte de l'Association pour la santé publique du Québec, mené du 18 au 27 mars 2021, auprès d'un échantillon de 1601 Québécois.es.

^v Sondage Léger pour le compte de l'Association pour la santé publique du Québec, mené du 18 au 27 mars 2021, auprès d'un échantillon de 1601 Québécois.es.

^{vi} Batsis JA, et al. A Systematic Review of Dietary Supplements and Alternative Therapies for Weight Loss. *Obesity* (Silver Spring). 2021 Jul;29(7):1102-1113. doi: 10.1002/oby.23110. PMID: 34159755; PMCID: PMC8231729.

^{vii} Hua, S. V., Granger, B., Bauer, K., & Roberto, C. A. (2021). A content analysis of marketing on the packages of dietary supplements for weight loss and muscle building. *Preventive medicine reports*, 23, 101504. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2021.101504>

^{viii} Malboeuf M-C. (17 février 2014). Le gros piège des produits amaigrissants. *La Presse*. Repéré à <https://www.lapresse.ca/actualites/sante/201402/14/01-4738865-le-gros-piege-des-produits-amaigrissants.php>

^{ix} Ertin, H. et B. Özaltay (2011). Some ethical reflections on weight-loss diets, *Turkish Journal of Medical Sciences*, 41(6), 951-957. DOI : 10.3906/sag-1012-1344.

^x Venne, M., L. Mongeau, J. Strecko, M.-C. Paquette et J. Laguë (2008). *Bénéfices, risques et encadrement associés à l'utilisation des produits, services et moyens amaigrissants (PSMA)*. Montréal : Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), Gouvernement du Québec.