

Montréal, novembre 2011

**Objet : Consultation de Santé Canada sur les Boissons Énergisantes**

Bureau des politiques, affaires réglementaires et gouvernementales  
251 Sir Frederick Banting Driveway  
Tunney's Pasture, PL: 2202E  
Ottawa (ON) K1A 0L2

Madame, Monsieur,

Par la présente, nous vous transmettons les commentaires de l'Association Québécoise des Médecins du Sport (AQMS) quant au resserrement des exigences à l'égard des fabricants de boissons énergisantes. En tant qu'association de professionnels de la santé et du sport, nous sommes très préoccupés par l'encadrement des boissons énergisantes et nous appuyons le renforcement de la réglementation concernant leur contenu et leur mise en marché.

Nous nous réjouissons que Santé Canada juge nécessaire d'exercer un plus grand contrôle sur les boissons énergisantes, qui doivent effectivement faire l'objet d'un resserrement des règles en ce qui a trait notamment à leur contenu en caféine, à l'affichage de leur contenu élevé en sucre et au dévoilement des incidents liés à la consommation de ces produits. En ce sens, nous réagissons favorablement aux propositions figurant dans l'approche de gestion suggérée par Santé Canada, qui constituent un premier pas dans la bonne direction.

Cependant, l'AQMS déplore que Santé Canada ne fasse pas une plus grande place à la consommation inappropriée des boissons énergisantes lors de la pratique d'une activité physique. En effet, lors de notre revue de la littérature, nous avons constaté que bien des effets secondaires des boissons énergisantes, les bénins comme les plus sévères, surviennent lorsqu'elles sont consommées soit avec l'activité physique, soit avec l'alcool, soit les deux. C'est pourquoi l'AQMS recommande une inscription sur les contenants de boissons énergisantes qui s'apparenterait à la mise en garde concernant l'alcool. L'AQMS souhaite aussi que dans la planification de l'élaboration d'outils éducatifs et de formation sur le sujet, Santé Canada et ses partenaires considèrent l'activité physique autant que l'alcool.

L'AQMS est en accord avec la concentration maximale de 400mg de caféine par litre, ce qui représente à peu près l'équivalent d'un café filtre moyen. Toutefois, la position de l'AQMS sur la quantité maximale par contenant rejoint celle du groupe d'experts qui propose un maximum de 85mg. En effet, le 180mg suggéré par Santé Canada, malgré la concentration maximale de 400mg par litre, est beaucoup trop élevée pour la plupart de la clientèle pédiatrique, soit les moins de

18 ans. Santé Canada considère que les moins de 12 ans ne devraient pas dépasser 85 mg par jour, et pour qu'une dose de 180 mg soit considérée sécuritaire, un adolescent devrait peser plus de 70 kg. L'AQMS considère qu'il y a là une contradiction au sein des recommandations de Santé Canada et qu'il faudrait donc ajuster la dose maximale permise par contenant de boissons énergisantes en conséquence. De plus, la position de l'AQMS sur l'accès aux boissons énergisantes va au-delà de celle émise par Santé Canada. L'AQMS recommande que la vente des boissons énergisantes soit interdite aux moins de 14 ans.

L'AQMS se questionne sur la position de Santé Canada de conserver les concentrés énergisants (energy shot) dans la catégorie des produits de santé naturels(PSN). Santé Canada considère qu'il est facile de les distinguer des aliments compte tenu du format. Cependant, ces concentrés se retrouvent à susciter le même attrait, sinon davantage, que les boissons énergisantes, par leurs points de vente faciles d'accès et les techniques de marketing agressives et efficaces, particulièrement pour la jeune clientèle. De plus, le petit format contenant une grande concentration augmente le risque de consommation exagérée et donc des méfaits associés. L'AQMS considère que si ces produits demeurent des PSN, l'accès en soit fortement restreint.

Nous vous remercions de prendre en compte ces commentaires dans le cadre de votre consultation. Vous trouverez à cette adresse notre énoncé de position sur les boissons énergisantes et le sport pour plus de détails sur nos recommandations : <http://www.aqms.org/position-aqms.html>

L'AQMS sera disponible pour travailler en étroite collaboration avec Santé Canada ainsi que tous les intervenants intéressés à l'éducation des consommateurs et la mise en œuvre d'une gestion de risque adéquate.

Alexandra Bwenge MD  
Responsable des communications  
Association Québécoise des Médecins du Sport  
Québec  
[info@aqms.org](mailto:info@aqms.org)