

1/Introduction

Historiquement, après avoir été uniquement utilisé dans le but de combler la faim des hommes, dès le 18^{ème} siècle (siècle de l'industrialisation), l'usage de l'aliment, désormais facile d'accès, change quelque peu. Ce dernier devient un produit, il est vendu dans divers magasins et a désormais, grâce à divers additifs et conservateurs, une longue durée de vie. Puis, dès le début du 20^{ème} siècle, la tendance change et se tourne vers l'amusement et le plaisir. Ce sont alors les denrées riches en graisses et en sucres qui ont les faveurs des consommateurs et paradoxalement, dès les années 1970 la tendance s'inverse complètement et on assiste à un retour à une meilleure hygiène alimentaire soutenue par l'apparition des produits «light». Suivant cette tendance, après être apparus pour la première fois en 1980 au Japon, les alicaments ou aliments fonctionnels (aliments enrichis) arrivent sur les marchés européens en 1990, pour connaître le succès grandissant et la controverse dont nous entendons actuellement parler. Bien que le terme alicament soit apparu récemment, l'idée de «se nourrir pour se guérir n'est pas nouvelle en soi, celle-ci fut déjà exprimée à plusieurs reprises dans le passé: «Que ton aliment soit ton premier remède» (**Hippocrate**) ou «Tout menu est une ordonnance» (Jean Rostand).

En Suisse cela fait de nombreuses années que l'on ajoute de faibles quantités d'iode et de fluor au sel de cuisine, afin de prévenir l'apparition de carie, d'aider au bon fonctionnement de la glande thyroïde et de lutter contre le crétinisme (un ensemble de troubles physiques et de retard mental, liés à une insuffisance thyroïdienne par carence environnementale en iode).

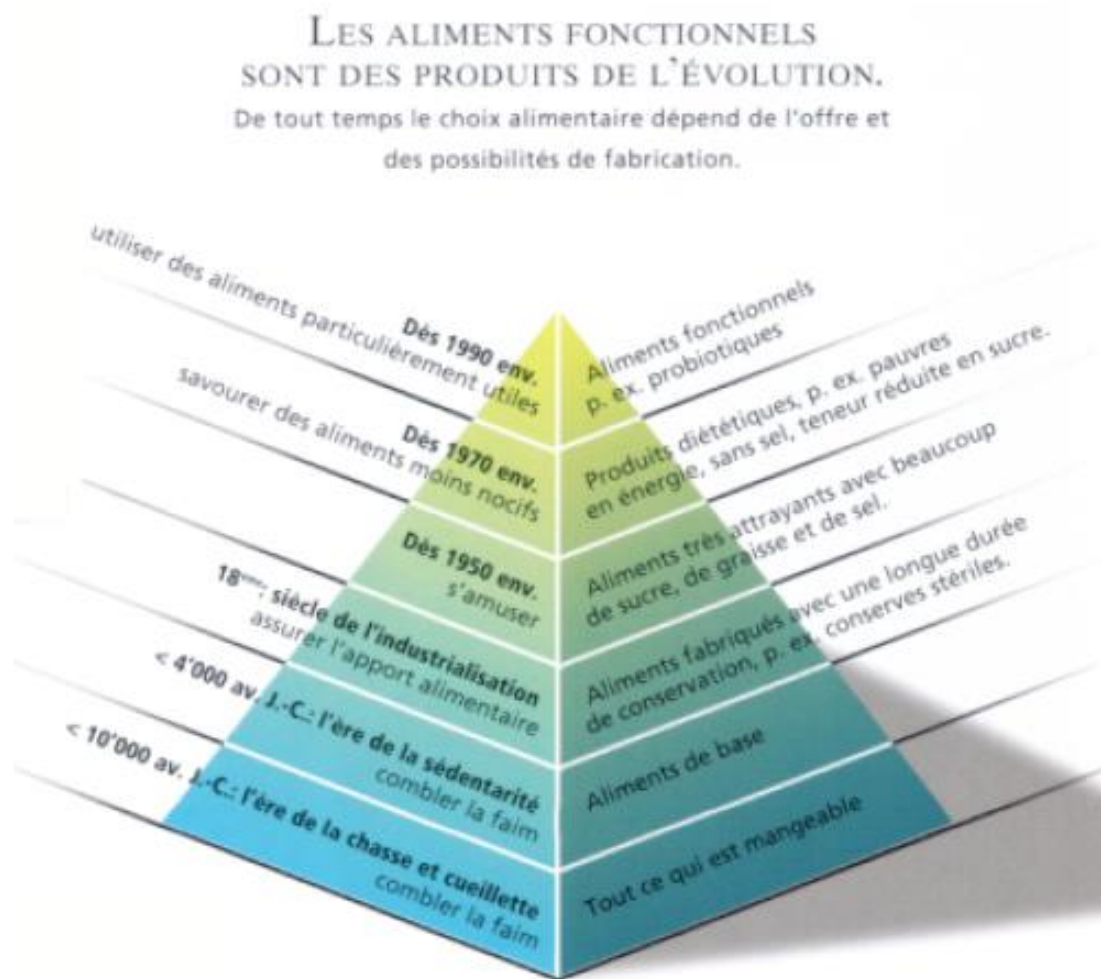


Fig. Evolution des modes alimentaires au fil du temps [4]

Le concept d'**aliment santé** ou d'**aliments** se développe en Europe, après avoir pris naissance dans les pays d'Extrême-Orient (Chine, Corée, Japon, Mongolie, Taïwan), notamment au Japon en 1984. Plus tard, ce sont les américains qui ont pris la relève dans ce secteur pour devenir leader mondial d'un marché estimé à 156 Mds de dollars.

Cette nouvelle génération de produits a fait une apparition remarquée sur le marché européen et en particulier en France : les aliments santé ou encore les alicaments. Nés de la contraction d' « **aliment** » et de « **médicament** », ces produits intègrent une composante 'santé' et se distinguent des aliments conventionnels par les propriétés qui les rapprochent des médicaments au-delà de leur apport nutritif de base.

Il existe d'importantes différences d'approche entre les pays occidentaux et le Japon dans la perception et la commercialisation des alicaments. En effet, les Japonais considèrent ces produits comme une classe d'aliments à part entière, une catégorie ayant bénéficié d'un label (Étiquette ou marque) en 1991 en tant qu'aliments à usage médicinal spécifié « FOSHU5 » (Foods for Specified Health Use= Aliments à usage sanitaire spécifié). Tandis que les pays occidentaux les intègrent dans la même catégorie que les autres aliments.

Approved FOSHU Products (Produits FOSHU approuvés)

Specified Health Uses (Usages sanitaires spécifiés)
Foods to modify gastrointestinal conditions (Aliments pour modifier les conditions gastro-intestinales)
Foods related to blood cholesterol level (Aliments relatifs au taux de cholestérol sanguin)
Foods related to blood sugar levels (Aliments relatifs à la glycémie)
Foods related to blood pressure (Aliments relatifs à la tension artérielle)
Foods related to dental hygiene (Aliments relatifs à l'hygiène dentaire)
Cholesterol plus gastrointestinal conditions, triacylglycerol plus cholesterol (Cholestérol plus affections gastro-intestinales, triacylglycérol plus cholestérol)
Foods related to mineral absorption (Aliments relatifs à l'absorption des minéraux)
Foods related to osteogenesis (Aliments relatifs à l'ostéogénèse)
Foods related to triacylglycerol (Aliments relatifs aux triacylglycérols)

Affublés de noms scientifiques : aliments fonctionnels, nutraceutiques, nutraliments, cosméto-food... ces nouveaux produits sont en pleine expansion dans les pays industrialisés à la base de cette tendance, et plus récemment, dans les pays émergents (Europe de l'Est...). Le succès des lancements d'aliments santé a fait de ce marché un terrain où se disputent l'industrie agro-alimentaire et la pharmacie, à tel point que la réglementation de ces produits, notamment en Europe, est tombée dans une zone grise située entre les aliments et les drogues.

Le rôle essentiel de l'**alimentation** est de fournir des substances nutritives nécessaires pour couvrir les besoins nutritionnels d'un individu. Cependant, plusieurs scientifiques soutiennent l'hypothèse que quelques produits alimentaires et composants de l'aliment ont des effets physiologiques et psychologiques bénéfiques, en plus de leur rôle d'apport de molécules de base, c'est de **Nutrithérapie**. La recherche des composants biologiquement

actifs dans les produits alimentaires devient un axe de recherche très attirant, essentiellement dans les industries agroalimentaires.

Ces aliments sont considérés, généralement, comme des produits ayant un effet bénéfique sur une ou plusieurs fonctions cibles dans l'organisme, au-delà des effets nutritionnels habituels, et pouvant soit améliorer l'état de santé et le bien être (plaisir) d'un individu soit réduire le risque de certaines maladies chroniques. Les alicaments ne sont donc pas des médicaments, ils sont une nouvelle catégorie de produits alimentaires. Par conséquent, ils sont localisés entre les frontières des **aliments** et **médicaments** d'où l'appellation d'**aliments**. Les définitions de ce terme sont multiples, ceci révélant une législation encore floue dans ce domaine, permettant une grande liberté d'action aux industriels.

2/ Définition

Aliment et nutriment

- **Aliment** : ce qui sert de nourriture à un être vivant ; ce qui sert à entretenir, à fortifier (consolider) quelqu'un.

- **Nutriment** : espèce chimique utilisable telle quelle dans l'alimentation des cellules vivantes (protéines, glucides, lipides, fibres alimentaires, sodium, vitamines et sels minéraux).

- Médicament

Un médicament est défini par le Code de la santé publique (art. L-511) : « toute substance ou composition présentée comme possédant des propriétés curatives ou préventives à l'égard des maladies humaines ou animales, ainsi que tout produit pouvant être administré à l'homme ou l'animal, en vue d'établir un diagnostic médical ou de restaurer (*استعادة الوظيفة الفسيولوجية*), corriger ou modifier leurs fonctions organiques ».

– Alicament

Les alicaments, contraction d'aliment et de médicament, **parfois synonymes de nutra ceutiques ou d'aliments fonctionnels**, ne sont pas juridiquement définis. Pour L. Cynober, ce sont des « aliments ou nutriments présentés comme possédant des propriétés curatives ou préventives à l'égard des maladies humaines ». Il peut s'agir, par exemple, des yaourts aux probiotiques ou des margarines enrichies en phytostérols et des laits médicalisés (**NOVALAC**

TRANSIT +1 400GR : ce type de lait facilite la digestion grâce à sa composition en protéine, et en lipides. Par ailleurs, sa teneur en lactose permet le développement de la flore intestinale. Aussi, le magnésium contenu dans Novalac transit accroît sa fonction laxative, par conséquent il majore la fréquence des selles).

Le Petit Larousse, lui, indique : « **aliment** considéré comme particulièrement bénéfique pour la santé ».

Enfin, selon l'*US Nutraceutical Advisory group*, un **aliment** est « n'importe quelle substance qui peut être définie comme un aliment ou composant d'un aliment et [qui] fournit un bénéfice médical (thérapeutique) ou de santé, incluant la prévention ou le traitement des maladies ».

– Complément alimentaire

Les **compléments alimentaires ou suppléments alimentaires** comme des « produits destinés à être ingérés en complément d'une alimentation habituelle de façon à corriger les déficiences réelles ou anticipées dans les apports journaliers». Ils sont définis également comme étant des «**denrées alimentaires** dont le but est de compléter le régime alimentaire normal et qui constituent une source concentrée de nutriments ou d'autres substances ayant un effet nutritionnel ou physiologique seuls ou combinés, commercialisés sous forme de doses, à savoir les formes de présentation :

- les gélules,
- les pastilles,
- les comprimés,
- les pilules et autres formes similaires,
- les sachets de poudre,
- les ampoules de liquide,
- les flacons munis d'un compte-gouttes et les autres formes analogues.

Il faut noter que la notion de restauration (réparation) recouvre en partie la définition du médicament et que, par ailleurs, la plupart des formes décrites ici sont des formes pharmaceutiques, ce qui peut faire de nombreux compléments alimentaires des médicaments par présentation.

Les compléments considérés comme des aliments, ils étaient, à ce titre, soumis aux mêmes règles que les autres produits alimentaires, outre quelques dispositions spécifiques concernant, notamment, l'étiquetage. Ainsi, le cadre réglementaire était suffisamment flou pour que les revendications soient partagées.

Concernant **les nutriments**, le texte établit une liste positive des vitamines et minéraux pouvant entrer dans la composition des compléments alimentaires. Ainsi, les compléments alimentaires ne contiennent pas plus de vitamines et de minéraux que les quantités précisées dans le tableau 1. Au-delà de ce seuil, les produits sont des médicaments (tableau 2).

Tableau 1 : Liste et doses journalières maximales (DJM) de vitamines et minéraux pouvant entrer dans la composition des compléments alimentaires

Vitamines												
A	D	E	K	B1	B2	B3	B5	B6	B9	B12	H, ou biotine	C
800 µg	5 µg	30 mg	25 µg	4,2 mg	4,8 mg	Nicotinamide : 54 mg Acide nicotinique : 8 mg	18 mg	2 mg	200 µg	3 µg	450 µg	180 mg
Minéraux												
Ca	Fe	Mg	Cu	I	Zn	Mn	K	Se	Cr	Mo	F	P
800 mg	14 mg	300 mg	2 mg	150 µg	15 mg	3,5 mg	80 mg	50 µg	25 µg	150 µg	0 mg	450 mg

Tableau 2 : Différences entre un complément alimentaire et un médicament

	Médicament	Complément alimentaire
Objectifs	Soigner ou prévenir une maladie, une pathologie	Entretenir le bien-être
Cibles	Personnes malades ou susceptibles de l'être	Personnes en bonne sante, souhaitant le rester
Délivrance	Prescription médicale	Vente libre
Propriétés	Thérapeutiques	Nutritionnelles ou physiologiques
Mise sur le marché	Autorisation de mise sur le marché	Déclaration a la Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (DGCCRF)

3/ Aspect juridique des alicaments

Au plan législatif, plusieurs points d'accord ont été distingués à l'échelle internationale dans la réglementation de ces aliments :

- ils doivent être des aliments et n'ont pas des suppléments nutritifs de régime ;
- ils ne doivent présenter aucun danger ;
- ils doivent au minimum répondre aux certaines exigences de base comme l'interdiction d'induire le consommateur en erreur et de ne pas empiéter sur le domaine du médicament, aspect souvent appliqué dans la catégorie des denrées alimentaires ;
- ils sont soumis aux règles relatives à la sécurité, à l'étiquetage, la présentation et à la responsabilité civile ;
- Ils font également l'objet de textes plus précis ;

Les allégations (déclarations) concernant ces types d'aliments sont de l'ordre de quatre.

1) les allégations nutritionnelles qui signifient toute représentation publicitaire qui énonce, suggère ou implique qu'un aliment possède des propriétés nutritives particulières à savoir l'énergie qu'elle fournit et les éléments nutritifs qu'ils contiennent. Exemple : riche en calcium.

2) les Allégations nutritionnelles fonctionnelles, elles signifient toute description de l'effet d'un aliment, d'un nutriment ou d'une substance nutritive sur les fonctions normales de l'organisme, exemple : le calcium aide au développement d'une ossature et d'une dentition solide.

3) les Allégations santé, elles décrivent toute mention qui indique, suggère ou implique qu'une relation existe entre un aliment et à un état lié à la santé. Par exemple, un aliment contient oméga 3 qui diminue les risques de maladies cardio-vasculaires, le calcium améliore la densité osseuse.

4) Allégations thérapeutiques, elles définissent toute propriété de prévention, de traitement ou de guérison des maladies humaines que possède, un aliment.

Le marché des alicaments connaît une croissance importante dans le monde entier dans les dernières années. En effet, une panoplie des produits innovateurs est lancée continuellement, et la concurrence devenue de plus en plus féroce (ضار). Cette croissance

est expliquée par une double dimension, santé publique et avantage économique. La santé publique est devenue encouragée vers l'utilisation des alicaments pour maintenir un bon état de santé. Ce choix est soutenu par les études épidémiologiques et les informations cliniques qui ont montré l'efficacité des alicaments dans la prévention des maladies. De plus, ces alicaments trouvent leur place chez les consommateurs les plus préoccupés de leur santé. La dimension économique des alicaments s'articule essentiellement dans le fait qu'ils sont moins chers et présentent des risques secondaires réduits.