

MÉMOIRE À L'INTENTION DU COMITÉ PERMANENT DE LA SANTÉ

Projet de loi C-368 : Un retour en arrière au détriment de la population canadienne

Novembre 2024



Auteurs

Géna Casu, M.Sc.

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

Révision

Amélie Côté-Lévesque, M.Sc.

Cerine Khadidja Rabehi, candidate du Pharm. D.

Aude St-Pierre, candidate de la maîtrise en santé publique

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

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

© Association pour la santé publique du Québec (2024)

À propos de l'ASPQ

L'Association pour la santé publique du Québec (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 et toutes, s'assure aussi de les garder en santé par la prévention.

Pour en savoir plus : aspq.org

5455 avenue de Gaspé, bureau 200

Montréal (Québec)

H2T 3B3



MISE EN CONTEXTE

Au Canada, le culte de la minceur est omniprésent et nuit à la santé et au bien-être de la population. Au Québec :

- La **moitié de la population** indique être insatisfaite de son poids, dont 58 % des femmes¹.
- **Près de la moitié de la population** a tenté de perdre du poids au cours de la dernière année¹.
- **Une personne sur cinq** indique être obsédée par la gestion de son poids².

La préoccupation à l'égard du poids s'impose comme un phénomène social qui banalise et encourage le recours à des méthodes de perte de poids risquées pour la santé, incluant les produits de santé naturels (PSN) à visée amaigrissante.

La **préoccupation à l'égard du poids** s'impose comme un phénomène social qui banalise et encourage le recours aux **produits de santé naturels à visée amaigrissante**.

Depuis 2003, l'ASPQ surveille, documente et informe sur les risques associés à l'utilisation de produits, services et moyens amaigrissants, incluant les PSN à visée amaigrissante. Dans ce contexte, **l'ASPQ recommande de rejeter le projet de loi C-368**, qui assouplit l'encadrement des PSN, et ce, au détriment de la santé de la population.

PROBLÉMATIQUE

Au Canada, une vaste gamme de PSN à visée amaigrissante est commercialisée. Ils incluent, sans s'y limiter, les stimulants à potentiel thermogénique (ex. : thé vert et caféine), les coupe-faim (ex. : psyllium), les modulateurs de métabolisme (ex. : garcinia cambogia), les laxatifs (ex. : séné et aloès) et les diurétiques (ex. : pissenlit).

Encadrement des produits de santé naturels

Selon un rapport du Bureau du vérificateur général du Canada publié en 2021, l'homologation des PSN ne garantit ni leur efficacité ni leur innocuité³. Ce rapport révèle :

- **un manque de transparence** quant aux renseignements transmis à la population au sujet des PSN. En effet, 88 % de produits examinés présentaient des renseignements trompeurs dans leurs publicités et 56 % sur leurs étiquettes.
- **un manque de surveillance** dans le processus d'homologation des PSN, notamment sur la conformité des conditions de fabrication et de commercialisation³.

Bien que ce rapport n'ait pas évalué l'ensemble des PSN disponibles sur le marché canadien, il témoigne de plusieurs cas inquiétants et illustre l'importance de ne pas se fier uniquement à l'autorégulation de l'industrie.

Produits de santé naturels à visée amaigrissante : entre efficacité non prouvée et risques pour la santé

L'efficacité à long terme des PSN à visée amaigrissante n'est pas démontrée. En matière d'efficacité, **les études produites par les fabricants sont souvent de faible qualité méthodologique** (ex. : échantillons de petite taille, échantillon d'animaux, suivis à court terme, pas d'effet cliniquement significatif sur le poids, etc.).

Les PSN à visée amaigrissante présentent des risques pour la santé des personnes qui les consomment. Considérant leur longue liste d'ingrédients, il est difficile de dresser une liste exhaustive de leurs potentiels effets indésirables. Un avis de l'Institut national de santé publique du Québec met en lumière les risques associés à plusieurs ingrédients contenus dans les PSN à visée amaigrissante, comme le thé vert, le picolinate de chrome, le séné et d'autres⁴. D'ailleurs, **certains ingrédients contenus dans ces produits peuvent engendrer des risques pour la santé physique** tels que : fatigue, maux de tête, troubles du sommeil, anémie, troubles digestifs, toxicité rénale et hépatique, problèmes cardiaques et respiratoires, voir décès en cas de complications graves^{5,6,7,8}.

De plus, les recherches portent essentiellement sur des ingrédients isolés et non sur des combinaisons d'ingrédients^{5,6,7,8}. Pourtant, **plusieurs PSN à visée amaigrissante contiennent une longue liste d'ingrédients médicinaux**, comme indiqué dans le tableau ci-dessous. Ceci augmente le risque d'interactions médicamenteuses et d'effets indésirables.

Exemples	Liste d'ingrédients médicinaux
Chili Burn™ Max de New Nordic	Extrait de feuille de thé vert, extrait de graine de cumin noir, extrait de cayenne et chrome
Hydroxycut + Woman de Hydroxycut	Vitamine D, thiamine, riboflavine, niacine, vitamine B6, vitamine B12, extrait de café, vinaigre de cidre, pruneau, extrait de fruit de baobab et cardamome
Green Tea Triple Fat Burner de Appliednutrition	Vitamine C, vitamine E, niacine, acide folique, vitamine B12, extrait de thé vert, extrait de thé orange Pekoe, caféine et bioflavonoïdes d'agrumes

D'ailleurs, il est démontré que les effets indésirables des PSN ont tendance à être sous-rapportés. Seulement 41% des Canadiens et Canadiennes ayant subi les effets indésirables de ces produits les ont signalés à Santé Canada⁹.

L'exemple de l'éphédrine

Au Canada, des PSN contenant de l'éphédrine étaient autrefois commercialisés pour la perte de poids. Or, l'éphédrine comporte plusieurs risques pour la santé¹⁰. De plus, la combinaison de l'éphédrine et de la caféine pourrait avoir des effets graves sur la santé, pouvant aller jusqu'à des crises cardiaques et des accidents vasculaires cérébraux¹¹.

En 2006, Santé Canada a produit un avis pour aviser la population d'éviter de consommer le produit 4EverFit. En effet, malgré une interdiction de vendre de l'éphédrine et de la caféine de manière simultanée, l'emballage du produit contenait deux contenants : l'un de caféine et l'autre d'éphédrine.

L'exemple de l'éphédrine témoigne de l'utilité de maintenir l'application de la *Loi de Vanessa* aux PSN. Dans certains cas, les PSN à visée amaigrissante posent un risque réel pour la santé de la population. Dans ce cas, une action du gouvernement est nécessaire pour mitiger rapidement et efficacement le risque envers la santé de la population.

Halo santé et fausses promesses

Les PSN à visée amaigrissante bénéficient du mythe selon lequel leur attribut « naturel » signifie qu'ils sont sains et inoffensifs. Ce mythe permet de gagner la confiance des consommateurs et consommatrices. En effet, le cinquième de la population québécoise (21 %) estime que les PSN à visée amaigrissante sont sans danger¹².



Figure 1 : Exemples de PSN à visée amaigrissante vendus au Canada

Les publicités et les emballages de ces produits passent par des « des indications fortes » en promettant des résultats rapides, durables et sans effort. Souvent, ces indications sont « fondées sur des preuves faibles » et s'appuient sur des témoignages anecdotiques, des photos avant-après souvent retouchées, des images évoquant une silhouette mince ou un jargon pseudoscientifique¹³.

Il convient également de souligner que les PSN à visée amaigrissante sont souvent promus en ligne et sur les réseaux sociaux¹⁴. La population peine à se retrouver parmi la foule d'informations qui circule sur ses plateformes, incluant de la désinformation.

RECOMMANDATION

La population canadienne est libre de faire ses choix en matière de santé. En revanche, afin qu'elle puisse faire des choix éclairés, le gouvernement du Canada doit soutenir la population en s'assurant que les PSN en vente libre respectent des critères, autant en matière de fabrication, publicité et étiquetage. Des moyens de surveillance sont nécessaires pour assurer que les PSN soient de bonne qualité et que les étiquetages et les emballages ne comportent pas d'indications trompeuses.

Les pratiques qui induisent la population en erreur ne sont pas sans conséquence, puisqu'elles peuvent :

- faire ombrage à l'expertise des professionnels et professionnelles de la santé;
- renforcer le halo santé autour des PSN à visée amaigrissante;
- inciter les personnes à s'engager dans des comportements potentiellement nocifs pour leur santé et leur bien-être.

La santé de la population canadienne devrait passer avant les intérêts de l'industrie. **L'ASPQ recommande donc de rejeter le projet de loi C-368.**

RÉFÉRENCES

- ¹ Sondage Léger mené en mars 2023 au compte de l'ASPQ auprès de 1 000 adultes au Québec.
- ² Sondage Léger mené en octobre 2023 au compte de l'ASPQ auprès de 1 066 adultes au Québec.
- ³ Bureau du vérificateur général du Canada. Rapports du commissaire à l'environnement et au développement durable au Parlement du Canada - Les produits de santé naturels - Santé Canada. 2021. Report No.: Rapport 2. Disponible sur: https://www.oag-bvg.gc.ca/internet/Francais/parl_cesd_202104_02_f_43806.html
- ⁴ <https://www.inspq.qc.ca/toxicologie-clinique/maigrir-naturellement>
- ⁵ Vennes M et al. (2008). Bénéfices, risques et encadrement associés à l'utilisation des produits, services et moyens amaigrissants (PSMA). Institut national de santé publique Québec (INSPQ)
- ⁶ National Institutes of Health. (2021). Dietary Supplements for Weight Loss. Office of Dietary Supplements - Strengthening Knowledge and Understanding of Dietary Supplements.
- ⁷ Barrea L, et al. (2019). Nutritionist and obesity : Brief overview on efficacy, safety, and drug interactions of the main weight-loss dietary supplements. International Journal of Obesity Supplements, 9(1), 32-49.
- ⁸ International Association for the Study of Obesity. (2010). No evidence that popular slimming supplements facilitate weight loss, new research finds. ScienceDaily. <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/medicaments-produits-sante/naturels-sans-ordonnance/reglement/au-sujet-produits.html>
- ⁹ Santé Canada. (2021). Au sujet des produits de santé naturels. Disponible au : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/medicaments-produits-sante/naturels-sans-ordonnance/reglement/au-sujet-produits.html>
- ¹⁰ <https://www.inspq.qc.ca/toxicologie-clinique/maigrir-naturellement>
- ¹¹ <https://www.canada.ca/fr/nouvelles/archive/2006/05/sante-canada-avise-consommateur-ne-pas-utiliser-produits-amaigrissement-contenant-ephedrine-cafeine.html>
- ¹² Sondage Léger mené en mars 2021 au compte de l'ASPQ auprès de 1 601 adultes au Québec.
- ¹³ Bureau de la concurrence. (2020). Le recueil des pratiques commerciales trompeuses - Volume 5. Gouvernement du Canada. Innovation, Sciences et Développement économique Canada. Disponible au : <https://www.bureaudelaconcurrence.gc.ca/eic/site/cb-bc.nsf/fra/04520.html#sec03>
- ¹⁴ Association pour la santé publique du Québec. (2021). Produits, services et moyens amaigrissants : Portrait québécois de la publicité en ligne. Disponible au : https://www.aspq.org/app/uploads/2022/01/portrait-publicite-enligne-psma_aspq_2022.pdf