

Édulcorants :

pas d'intérêt nutritionnel démontré

pour les consommateurs



C'est la conclusion de l'étude menée par l'ANSES (Agence nationale de la sécurité alimentaire). Qu'il s'agisse d'aspartame, d'extraits de stévia, sucralose, acésulfame K,... le travail de l'agence ne démontre aucun bénéfice de la consommation d'édulcorants intenses sur le contrôle du poids, la glycémie chez les sujets diabétiques ou l'incidence du diabète de type 2. Il ne permet pas non plus d'établir de lien entre la consommation des édulcorants et l'habitude au goût sucré, ni de lien avec des risques accrus de diabète ou de cancers. Sur cette base, l'Agence estime qu'il n'existe pas d'élément probant permettant d'encourager à ce jour la substitution du sucre par des édulcorants intenses dans le cadre d'une politique de santé publique.

Il est rappelé enfin que l'objectif de réduction des apports en sucre doit être atteint par la réduction globale du goût sucré de l'alimentation, et ce, dès le plus jeune âge. À ce titre, l'agence recommande que les boissons édulcorées et les boissons sucrées ne se substituent pas à la consommation d'eau.