

**Mercredi 15 décembre 2010**  
**de 12 h à 12 h 25**  
**Pavillon Marguerite-d'Youville, salle 3038**

## **La problématique liée à l'exposition multisource à la caféine**

Conférencière : Zeina FARROUKH, étudiante à la maîtrise (stage)  
Directeur : Robert TARDIF, professeur au département

### *Résumé*

La caféine est une matière naturelle omniprésente dans notre alimentation. Santé Canada conseille de se limiter à 400 mg/j de caféine, l'équivalent de trois tasses de café. Un rapport publié en 2008 par Statistiques Canada, déclare qu'un Canadien sur cinq dépasse 400mg/j de caféine conduisant au syndrome du caféinisme. Alors que le marché canadien subit une éruption incontrôlable des boissons énergisantes et/ou alcoolisées et les mélanges caféine-alcool, Santé Canada a autorisé en juin 2010 l'ajout de la caféine et du citrate de caféine ( $\leq 150$  ppm) aux boissons gazeuses autres que les sodas.

Une revue de la littérature dans les bases de données (Pubmed, Medline, Toxnet), sur le site Santé Canada, avec les mots clés (caféine, consommation, boissons énergisantes, toxicité, NOAEL...); aussi des scénarios fictifs ont été réalisés afin d'estimer le risque de l'exposition multisource à la caféine et par conséquent évaluer les répercussions potentielles de cette autorisation sur notre santé.

La simulation des scénarios de consommation quotidienne de caféine, pour des enfants (4-13 ans), adolescents (14-18 ans) et adultes (31-50 ans), a donné des valeurs dépassant 1200 mg/j, trois fois plus que la norme. Ce niveau de consommation aboutit dans la plupart des cas à une toxicité chronique (tremblement, insomnie, céphalée), tandis que des cas d'intoxication aiguë (vomissement, nausée, agitation, tachycardie et même délire) sont enregistrés parmi les adolescents.

En conséquence, il faudrait effectuer une révision de la réglementation concernant la caféine afin d'aboutir à un contrôle approprié de l'ajout, l'étiquetage et l'homologation de cette substance dans notre alimentation.