

Maisons-Alfort, le 12 mai 2003

AVIS

de l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments relatif à une demande d'évaluation de l'emploi du coenzyme Q10 comme complément alimentaire

LE DIRECTEUR GÉNÉRAL

Par courrier reçu le 12 septembre 2002, l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments (Afssa) a été saisie le 10 septembre 2002 par la Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes d'une demande d'évaluation concernant l'emploi du coenzyme Q10 à 10 mg et/ou 30 mg comme complément alimentaire.

Après consultation du Comité d'experts spécialisé « Nutrition humaine » le 20 mars 2002, l'Afssa rend l'avis suivant :

Considérant que le produit est un complément alimentaire à base de 10 ou 30 mg d'ubiquinone (coenzyme Q10), d'huile de soja et de vitamine E, présenté sous forme de gélules ; qu'il est destiné aux personnes ayant une insuffisance réelle ou supposée des apports journaliers ; que le pétitionnaire recommande la consommation d'une gélule par jour ; que l'allégation « coenzyme Q10 - le catalyseur d'énergie de l'organisme » est revendiquée ;

Considérant que le produit est obtenu par fermentation à partir d'une souche de levure non identifiée ; que la pureté du produit final n'est pas indiquée ; que des procédures de contrôle de production sont établies ;

Considérant les rôles physiologiques du coenzyme Q10, dont l'implication dans la chaîne respiratoire mitochondriale, le rôle d'antioxydant et anti-apoptotique ;

Considérant que les apports de coenzyme Q10 sont d'origine endogène (synthèse par l'organisme) et exogène (alimentation) mais que les besoins nutritionnels journaliers ne sont pas définis ;

Considérant que bien qu'une diminution du coenzyme Q10 sérique et tissulaire soit observée avec l'âge et chez les sujets ayant une alimentation parentérale exclusive, aucun effet néfaste sur la santé n'a été observé ; qu'une diminution du taux plasmatique est également observée dans certains états pathologiques (diabète, insuffisance rénale, insuffisance cardiaque...) sans qu'une relation existe avec la maladie ou son pronostic ;

Considérant l'amélioration de certains états pathologiques (myopathie, maladie de Parkinson...) grâce à une supplémentation à des doses pharmacologiques (de 150 à 1200 mg/j) ;

Considérant l'absence de toxicité observée chez l'homme et l'animal ; la bonne biodisponibilité plasmatique du produit ; que le passage tissulaire n'est cependant pas démontré ;

Considérant que l'effet énergisant du produit chez le sujet sain ou le sportif n'est pas démontré scientifiquement ; que l'allégation n'est donc pas justifiée,

L'Afssa estime :

- que la démonstration d'un effet biologique du produit aux doses nutritionnelles est à compléter mais en l'état actuel des connaissances présentées, son intérêt nutritionnel n'est pas démontré aux doses préconisées dans la population générale ;
- qu'une supplémentation alimentaire n'est pas justifiée ;
- que l'allégation n'est pas scientifiquement étayée.

MARTIN HIRSCH