

Les additifs alimentaires sont-ils dangereux ?

Ces substances ajoutées, largement employées dans l'industrie agro-alimentaire, trompent le consommateur sur la nature d'un produit.

Qu'est-ce qui provoque les hurlements d'Éva, une petite fille de quelques mois ? Les médecins ne comprennent pas. Jusqu'à ce que la piste des additifs alimentaires soit explorée. Et le coupable est trouvé : l'acide benzoïque. Cet agent conservateur, associé à d'autres substances, peut déclencher des troubles neurologiques. «Reporters» explore le sujet des additifs alimentaires.

Robert Remy, responsable de la politique alimentaire pour Test-Achats et auteur d'un guide des additifs alimentaires, répond à nos questions.

C'est quoi un additif ?

Il s'agit d'une substance ajoutée à une autre pour en améliorer les propriétés. Les additifs sont largement employés dans l'industrie

agro-alimentaire : colorants, conservateurs, épaississants, émulsifiants, exhausteurs de goût, etc. Il y en a plus de 300. Ce sont les fameux «E» (par exemple E210, E300). Certains sont utilisés pour

tromper le consommateur sur la nature du produit. Il n'est pas rare d'ajouter un colorant jaune à une mayonnaise ou à des pâtes pour faire croire qu'elle contient plus d'œufs. Certains yaourts recèlent aussi des colorants pour donner l'illusion qu'ils renferment plus de fraises. Les produits light comprennent généralement

plus d'eau. Des épaississants sont utilisés pour gommer leur consistance. Les carences de produits nobles sont effacées grâce à des substances comme le glutamate de sodium, un exhausteur de goût qui ouvre les papilles. Enfin, il y a trop souvent un abus dans l'emploi d'arômes de synthèse.

Les additifs sont-ils dangereux pour la santé ?

Les additifs ne devraient logiquement pas avoir d'effets nocifs pour la santé. Le hic, c'est que tout est question de dose journalière admissible (DJA). Il s'agit d'une estimation de la quantité d'additifs alimentaires qu'un consommateur peut en principe absorber sans conséquences néfastes. Le gros problème, c'est que ces DJA sont calculées pour des adultes. Les enfants sont oubliés. La DJA pour un enfant de 20 kilos n'est bien évidemment pas la même que pour une personne de 80 kilos. En clair : si un enfant boit des limonades et consomme des confiseries (ce qui n'est certes pas un régime alimentaire à recommander), il peut dépasser les DJA.

Avec quelles conséquences ?

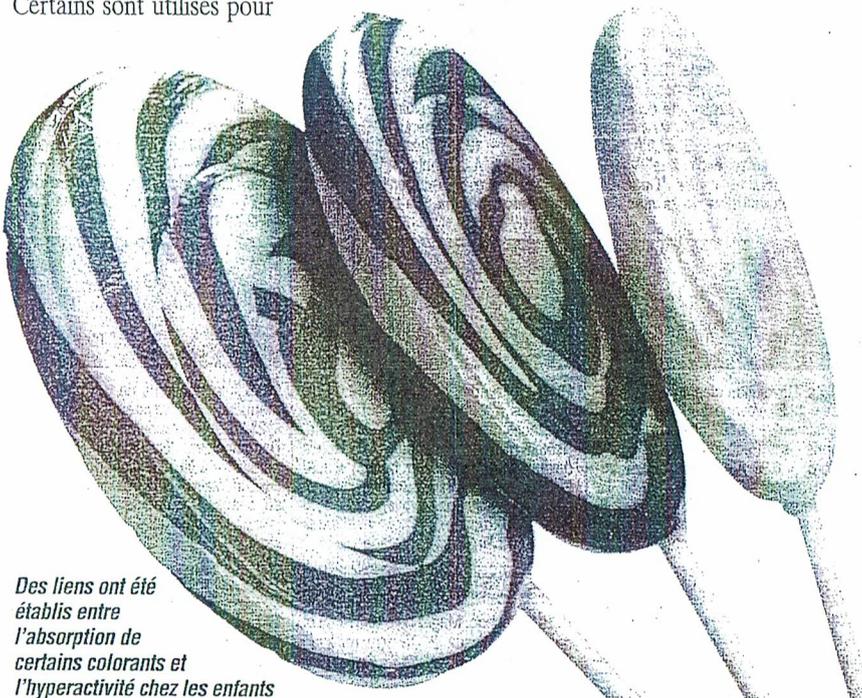
Prenons l'exemple de l'acide benzoïque. Ce conservateur est autorisé par l'Union européenne. Son utilisation en présence d'aliments allégés et de vitamine C peut

poser des problèmes. Ces combinaisons de produits peuvent donner naissance à la formation de benzène, un élément cancérigène !

Mais que font les autorités ?

L'Autorité européenne de sécurité des aliments (EFSA) revoit systématiquement les études toxicologiques. Mais il faudra des années pour en arriver au bout. L'information et la santé du consommateur devront primer. Un exemple ? Depuis juillet de cette année, certains sachets de bonbons doivent déjà porter la mention : «cet aliment peut provoquer des effets indésirables sur l'activité et l'attention des enfants». Car des colorants ont été mis en cause dans une étude anglaise. Des liens ont été établis entre l'absorption de certains colorants et l'hyperactivité chez les enfants. Sur base des conclusions de cette étude, les fabricants qui continuent à utiliser ces substances doivent apposer cette mention sur les emballages. Toutes les confiseries ne sont bien entendu pas concernées. Mais n'oublions jamais que plus un produit a été transformé (moins il est naturel) et plus il risque de renfermer une somme importante d'additifs. C'est une question de bon sens.

Des liens ont été établis entre l'absorption de certains colorants et l'hyperactivité chez les enfants



Thinkstock