

Maisons-Alfort, le 1^{er} juin 2001

LE DIRECTEUR GENERAL

AVIS

Saisine n° 2000-SA-0248

de l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments relatif à l'évaluation de l'emploi de tyrosine dans un complément alimentaire

L'Agence française de sécurité sanitaire des aliments a été saisie le 12 octobre 2000 par la Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes d'une demande relative à l'évaluation de l'emploi de tyrosine dans un complément alimentaire.

Après consultation du Comité d'experts spécialisé « Nutrition Humaine » le 27 mars 2001, l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments a rendu l'avis suivant :

Considérant que le produit est un complément alimentaire présenté sous forme de comprimés de 500 mg contenant de la tyrosine ainsi que des vitamines PP, B₆, B₁, B₉ et B₁₂ ; que l'allégation revendiquée porte sur « une association de nutriments essentiels conçue pour faciliter la mémorisation » ;

Considérant que la tyrosine n'est pas considérée comme un acide aminé essentiel pour la population adulte en bonne santé ; que le besoin en tyrosine est aisément couvert si l'apport en phénylalanine (autre acide aminé aromatique) est suffisant ; que le besoin en acides aminés aromatiques (tyrosine et phénylalanine) est de l'ordre de 39 mg/kg (FAO/OMS) chez l'adulte (ou 2,5 g/j pour un adulte de 70 kg) ; que la teneur moyenne des protéines alimentaires en phénylalanine est de l'ordre de 4 g/100 g ; que le besoin en acides aminés aromatiques est donc couvert ;

Considérant que l'adjonction, non justifiée, de cinq vitamines fait de ce complément alimentaire un supplément vitaminique même s'il n'est pas présenté comme tel ;

Considérant que l'argumentation du pétitionnaire concernant l'effet de la tyrosine sur les performances mémorielles repose sur son rôle comme facteur limitant de la synthèse centrale des catécholamines (noradrénaline et dopamine) lors d'un stress chronique ou aigu ; que le dossier présente trois essais cliniques concernant l'effet d'un supplément de tyrosine sur les conséquences du stress ou sur le fonctionnement du système nerveux sympathique ; que les résultats obtenus ne sont pas convaincants et qu'aucun élément en faveur des performances mémorielles alléguées n'est apporté ;

Considérant que la surconsommation de tyrosine peut entraîner des effets toxiques connus en particulier des lésions de la cornée ; que, aux doses considérées, des phénomènes de compétition avec d'autres acides aminés peuvent s'exercer,

L'Agence française de sécurité sanitaire des aliments émet un avis défavorable à l'emploi de tyrosine dans un complément alimentaire car elle estime que :

- la supplémentation en tyrosine n'a pas de justification nutritionnelle chez les sujets ayant une alimentation normale ;
- l'allégation revendiquant des effets sur la mémoire n'est pas justifiée.

Martin HIRSCH