

LES RISQUES SANITAIRES DES BOISSONS DITES ÉNERGISANTES

Qu'est-ce qui caractérise les boissons énergisantes ?



96% des boissons énergisantes sur le marché français ont un ingrédient commun :
LA CAFÉINE



Le saviez-vous ?

1 canette standard de boisson dite énergisante
250ml

=

2 cafés "expresso"
50ml

=

2 canettes de "soda au cola"
330ml

Qui consomme les boissons dites énergisantes ?

32% des consommateurs interrogés déclarent consommer des boissons énergisantes au moins une fois par semaine.

AU NIVEAU EUROPÉEN

3%



d'enfants

8%



d'adolescents

consomment des boissons dites énergisantes **plus de 4 à 5 fois** par semaine.

chiffres 2011

Comment et où ?

32%

les consomment lors d'occasions festives (bars, discothèques, concerts, etc.)



41%

en lien avec une activité sportive



16%

en mélange avec de l'alcool



Qui consomme de la caféine en trop grande quantité ?

ADULTES

ENVIRON

30%

DE LA POPULATION ADULTE

dépasse le seuil journalier retenu comme générateur d'anxiété



correspondant à 6 espressos

PRÈS DE

7%

DE LA POPULATION ADULTE

dépasse le seuil journalier au-delà duquel une toxicité chronique plus générale est suspectée (santé osseuse et cardiovasculaire, cancer, fertilité masculine...)



correspondant à 11 espressos

ENFANTS

11%

DES 3 À 10 ANS

7%

DES 11 À 14 ANS

dépasse le seuil de développement d'une tolérance à la caféine et du déclenchement de symptômes de sevrage



atteint à moins d'une demie canette standard de boissons dites énergisantes ou d'une canette de soda au cola par jour pour un enfant de 35kg