-Compléments alimentaires minceur : la Garcinia cambogia sous surveillance au niveau international

Compte Test - 2026-04-05 11:58:35 - Vu sur pharmacie.ma

L'Agence marocaine du médicament et des produits de santé (AMMPS) a publié le 3 avril 2026 une note d'information mettant en garde contre l'utilisation des compléments alimentaires destinés à la perte de poids contenant la plante Garcinia cambogia. Cette alerte s'appuie sur plusieurs données scientifiques et signalements internationaux faisant état d'effets indésirables parfois graves associés à ces produits, largement commercialisés sur internet et en parapharmacie.
La Garcinia cambogia, fruit tropical originaire d'Asie du Sud-Est, contient de l'acide hydroxycitrique (HCA), substance supposée réduire l'appétit et limiter le stockage des graisses. Cette promesse attractive pour les personnes souhaitant perdre du poids les expose à des effets indésirables. En effet, plusieurs autorités sanitaires internationales ont exprimé leurs préoccupations quant à son profil de sécurité. Aux États-Unis, la Food and Drug Administration (FDA) a reçu des signalements d'atteintes hépatiques sévères potentiellement liées à la consommation de compléments contenant cette plante. En Europe, l'European Food Safety Authority (EFSA) et l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation (ANSES) ont également examiné plusieurs cas d'effets indésirables incluant des troubles hépatiques, cardiovasculaires, digestifs et psychiatriques. Certains rapports scientifiques ont décrit des cas d'hépatites aiguës ayant nécessité une hospitalisation, voire une transplantation hépatique dans de rares situations. D'autres effets indésirables rapportés incluent anxiété, agitation, palpitations, céphalées et troubles digestifs. Le risque peut être accentué en cas d'association avec certains médicaments, notamment les antidépresseurs, antidiabétiques ou traitements cardiovasculaires, pouvant entraîner des interactions médicamenteuses potentiellement dangereuses. Face à ces éléments, l'AMMPS recommande d'éviter l'utilisation des compléments alimentaires contenant la Garcinia cambogia et insiste sur la nécessité de consulter un professionnel de santé avant toute prise de produit minceur, en particulier chez les patients atteints de maladies chroniques ou suivant un traitement médicamenteux. L'agence rappelle également l'importance de déclarer tout effet indésirable suspecté après la prise d'un complément alimentaire. La nutrivigilance constitue en effet un outil essentiel pour renforcer la sécurité sanitaire et mieux encadrer l'usage de produits souvent perçus, à tort, comme totalement inoffensifs. Dans un contexte mondial marqué par une forte demande des produits amaigrissant cette mise en garde rappelle que «naturel» ne signifie pas toujours «sans risque». Une approche encadrée par des professionnels de santé reste la meilleure garantie d'une prise en charge sûre et efficace.