

LES BOISSONS AVEC ÉDULCORANTS, ALLIÉES DE LA RÉDUCTION DES APPORTS EN SUCRES



Les boissons avec édulcorants désignent **les boissons réduites en sucres ou sans sucres** contenant des ingrédients tels que l'acésulfame-K, le sucralose, l'aspartame et les glycosides de stéviol, offrant un moyen sûr de **répliquer le goût sucré**.



Autorisés en Europe dès les années 1970, les édulcorants ont depuis vu leur sécurité confirmée à chaque réexamen par les autorités sanitaires.



Les édulcorants sont utilisés dans les boissons pour **remplacer tout ou partie du sucre**, offrant ainsi de nombreux avantages détaillés ci-dessous. **L'utilisation d'édulcorants est strictement encadrée** et n'est autorisée dans les boissons que s'ils contribuent à réduire la teneur calorique de 30 %.

DE NOMBREUX AVANTAGES



• **Calories 0** : les édulcorants ont une valeur énergétique nulle ou négligeable, contribuant à la réduction des apports en sucres et en calories des Français.



• **Glycémie** : les édulcorants n'impactent pas le taux de sucre dans le sang.



• **Caries** : les édulcorants ne sont pas des sucres fermentescibles et ne sont pas impliqués dans le processus de formation des caries.

• Réduction de la consommation de sucres



En 2024, 20 % des boissons consommées étaient sans sucres grâce aux édulcorants. Ce chiffre a doublé en cinq ans.



En 2024, les boissons sans sucres ont contribué à réduire de plus de 12%* les apports en sucres issus des boissons. Elles contribuent ainsi aux objectifs de réduction de la consommation de sucres, exprimés par l'État dans son Programme National Nutrition Santé (PNNS).

-12 %

UNE INFORMATION TRANSPARENTE



Conformément à la réglementation européenne, la présence d'édulcorants est systématiquement mentionnée sur les emballages :

> **Dans la dénomination légale** du produit, par l'apposition d'une mention complémentaire "avec édulcorants".

> **Dans la liste des ingrédients**, par la mention de leur nom ou de leur numéro européen.

UNE SÉCURITÉ RENFORCÉE

La sécurité des édulcorants utilisés dans les boissons sans alcool est évaluée par l'Autorité européenne de sécurité des aliments (EFSA). Pour chaque édulcorant, l'EFSA définit une dose journalière admissible (DJA), correspondant à une quantité pouvant être consommée chaque jour par un individu tout au long de sa vie sans risque pour la santé. **Les entreprises adhérentes au SBSA garantissent la conformité des recettes et une exposition très inférieure aux concentrations maximales autorisées dans les boissons.**

À supposer qu'une boisson ait la concentration maximale de sucralose (300 mg/litre), un adulte de 70 kg devrait en consommer 14 verres (250 ml) par jour, tous les jours, pour atteindre la DJA.

| Édulcorant | DJA (en mg de produit par kg de poids de corps) | Concentration max. autorisée dans les sodas | Équivalent en verres de 250 ml |
|----------------------------------|---|---|--------------------------------|
| • Acésulfame-K | 15 mg/kg | 350 mg/litre | 12 |
| • Sucralose | 15 mg/kg | 300 mg/litre | 14 |
| • Stévia (glycosides de stéviol) | 4 mg/kg | 80 mg/litre | 14 |
| • Aspartame | 40 mg/kg | 600 mg/litre | 19 |

Pour en savoir plus sur les édulcorants, scannez ce QRCode



Avec le soutien de



boissons-sans-alcool.fr
 sbsa@boissons-sans-alcool.fr
 9, Boulevard Malesherbes - 75008 Paris
 Tél : 01 47 20 31 10

