

Food Supplements Industries Switzerland FSIS

Food Supplements Industries Switzerland (FSIS) est un groupe spécialisé de la Swiss Association of Nutrition Industries (SANI), une association sectorielle de la Fédération des Industries Alimentaires Suisses (fiat).

Prise de position "Pourquoi les compléments alimentaires sont-ils importants ?

Les compléments alimentaires sont des denrées alimentaires destinées à compléter le régime alimentaire normal¹. Les compléments alimentaires aident à fournir des nutriments à l'organisme. Il s'agit notamment de minéraux comme le magnésium, de vitamines comme la vitamine D ou d'autres substances comme les acides gras oméga-3 sous forme concentrée et dosée.

Les compléments alimentaires ne sont pas destinés à guérir, à soulager ou à prévenir les maladies. Ils peuvent cependant contribuer de manière importante à maintenir la santé et le bien-être, en complément d'une alimentation variée.

Quels compléments alimentaires peuvent être utiles à une personne dépend de nombreux facteurs, notamment du mode d'alimentation, du style de vie individuel et de la phase de vie actuelle. Ainsi, les femmes enceintes et allaitantes ont un besoin accru en folates alors que les personnes âgées nécessitent davantage de vitamine D en raison de la synthèse réduite de cette vitamine avec l'âge.

Pour répondre aux différents besoins et pour le maintien du bien-être, les compléments alimentaires contiennent des quantités spécifiques et significatives de nutriments dont le lien avec la santé est scientifiquement prouvé. Dans ce contexte, les allégations de santé correspondantes servent également de source d'information.

En tant que denrées alimentaires spéciales, les compléments alimentaires doivent répondre aux exigences légales en matière de composition, d'étiquetage, d'emballage et de publicité. La prudence est de mise pour les produits qui font l'éloge de la guérison, en particulier dans le commerce en ligne. En cas de doute sur le choix, il convient de demander conseil à un nutritionniste, un médecin, un pharmacien ou au fabricant.

Berne, le 10.12.2021

¹ Voir art. 1 de l'ordonnance sur les compléments alimentaires (SR 817.022.14)