

Messages de sensibilisation sur l'étiquetage des aliments supplémentés

Que sont les aliments supplémentés ?

Les aliments ou boissons supplémentés contiennent un ou plusieurs ingrédients supplémentaires. Voici quelques exemples d'aliments ou boissons supplémentés :



✓ Les boissons avec de la caféine ajoutée (par exemple, les boissons énergisantes contenant de la caféine)



✓ Les boissons avec des vitamines et minéraux ajoutés



✓ Les barres avec des vitamines et minéraux ajoutés

Les aliments ou boissons supplémentés contiennent un ou plusieurs ingrédients supplémentaires. Voici quelques exemples d'ingrédients supplémentaires :

✓ Des vitamines comme la vitamine C et la vitamine B₆

✓ Des minéraux comme le calcium et le magnésium

✓ Des acides aminés (qui sont utilisés pour la formation des protéines) comme la L-leucine, la glycine et la taurine

✓ La caféine

Quels sont les nouveaux éléments d'étiquetage des aliments supplémentés qui peuvent aider les personnes qui vivent au Canada à reconnaître et à distinguer les aliments supplémentés des autres aliments et produits ?

› Tous les aliments supplémentés vont avoir un tableau des renseignements sur les aliments supplémentés plutôt qu'un tableau de la valeur nutritive. Le tableau des renseignements sur les aliments supplémentés contient les mêmes informations que le tableau de la valeur nutritive, avec les différences suivantes :

- Un nouveau titre « Info-aliment supplémenté »
- Une nouvelle section « Supplémenté en » qui énumère tous les ingrédients supplémentaires dans l'aliment

Valeur nutritive Nutrition Facts	
pour 1 tasse (250 mL) Per 1 cup (250 mL)	
Calories 110	% valeur quotidienne* % Daily Value*
Lipides / Fat 0 g	0 %
saturés / Saturated 0 g	0 %
+ trans / Trans 0 g	
Glucides / Carbohydate 26 g	
Fibres / Fibre 0 g	0 %
Sucres / Sugars 22 g	22 %
Protéines / Protein 2 g	
Cholestérol / Cholesterol 0 mg	
Sodium 0 mg	0 %
Potassium 450 mg	13 %
Calcium 30 mg	2 %
Fer / Iron 0 mg	0 %
*5 % ou moins c'est peu, 15 % ou plus c'est beaucoup *5% or less is a little, 15% or more is a lot	

différent titre pour le tableau

mêmes nutriments principaux

même note sur le % de la valeur quotidienne

Info-aliment supplémenté Supplemented Food Facts	
pour 1 canette (473 mL) Per 1 can (473 mL)	
Calories 160	% valeur quotidienne* % Daily Value*
Lipides / Fat 0 g	0 %
saturés / Saturated 0 g	0 %
+ trans / Trans 0 g	
Glucides / Carbohydate 41 g	
Fibres / Fibre 0 g	0 %
Sucres / Sugars 41 g	41 %
Protéines / Protein 0 g	
Cholestérol / Cholesterol 0 mg	
Sodium 150 mg	7 %
Potassium 60 mg	2 %
Calcium 125 mg	10 %
Fer / Iron 0 mg	0 %
*5 % ou moins c'est peu, 15 % ou plus c'est beaucoup *5% or less is a little, 15% or more is a lot	
Supplémenté en / Supplemented with[†]	
Niacine / Niacin 7 mg	44 %
Pantothénate / Pantothenate 8 mg	160 %
Vitamine B ₆ / Vitamin B ₆ 1 mg	59 %
Vitamine B ₁₂ / Vitamin B ₁₂ 4 µg	167 %
Vitamine C / Vitamin C 225 mg	250 %
Vitamine E / Vitamin E 2 mg	13 %
Magnésium / Magnesium 20 mg	5 %
Caféine / Caffeine 170 mg	
[†] Comprend les quantités naturelles et supplémentaires [†] Includes naturally occurring and supplemental amounts	

nouvelle section sur les ingrédients supplémentaires

nouvelle note au bas du tableau à propos des ingrédients supplémentaires



Messages de sensibilisation sur l'étiquetage des aliments supplémentés

› **Certains** aliments supplémentés contiennent des ingrédients supplémentaires qui pourraient poser un risque pour la santé s'ils sont :

- consommés en excès par la population générale
- consommés par les personnes :
 - enceintes ou qui allaitent
 - âgées de moins de 14 ans
 - sensibles à la caféine



› Ces aliments supplémentés vont avoir cet identifiant sur le devant de l'étiquette. Cela signifie qu'il y a un encadré de mises en garde ailleurs sur l'étiquette. Lorsque vous voyez cet identifiant, trouvez l'encadré pour décider si l'aliment est approprié pour vous.

› **Certains** aliments supplémentés vont avoir un encadré de mises en garde au dos ou sur le côté de l'emballage en raison du type ou de la quantité d'ingrédients supplémentaires dans l'aliment. Repérez le mot « attention » et lisez l'encadré pour décider si l'aliment est approprié pour vous.

› L'encadré de mises en garde peut indiquer pour qui l'aliment n'est pas recommandé. Vérifiez si cela s'applique à vous.

› L'encadré de mises en garde peut indiquer une limite quant à la quantité de l'aliment supplémenté que vous pouvez manger ou boire afin d'éviter une consommation trop grande des ingrédients supplémentaires dans l'aliment.

› L'encadré de mises en garde peut indiquer de ne pas manger ou boire cet aliment supplémenté avec d'autres produits afin de ne pas consommer trop des mêmes ingrédients supplémentaires.

Attention : Déconseillé aux individus de moins de 14 ans, aux femmes enceintes ou qui allaitent ou aux personnes sensibles à la caféine • Ne pas boire plus de 1 portion par jour • Ne pas boire le même jour que d'autres aliments supplémentés ou suppléments contenant les mêmes ingrédients supplémentaires.
Caution: Not recommended for those under 14 years old, pregnant or breastfeeding women or individuals sensitive to caffeine • Do not drink more than 1 serving per day • Do not drink on the same day as any other supplemented foods or supplements with the same supplemental ingredients.

Comment le nouveau règlement protège-t-il la santé et la sécurité de la population au Canada ?



› Santé Canada a publié un règlement sur les aliments supplémentés en juillet 2022. Santé Canada exige maintenant des fabricants qu'ils affichent des étiquettes spécifiques sur les aliments supplémentés afin de vous aider à prendre des décisions éclairées en matière de santé. Vous avez peut-être déjà vu ces nouvelles étiquettes. À partir du 1^{er} janvier 2026, **tous** les aliments supplémentés les auront.

Apprenez-en plus sur les aliments supplémentés et leurs étiquettes :

www.canada.ca/fr/sante-canada/services/aliments-nutrition/aliments-supplementes.html