

Messages essentiels à destination des professionnels de santé

Risques liés aux pratiques d'amaigrissement reposant sur l'usage de produits de santé : les points à discuter avec vos patients

Aujourd'hui, le culte du corps soumet l'individu aux canons de l'esthétique et de la standardisation. L'étude INCA 2* a montré que près de 50 % des femmes de corpulence normale interrogées ont suivi un régime « amaigrissant » pendant l'enquête ou l'année la précédant. Par ailleurs, le surpoids et l'obésité touchent respectivement 32 % et 15 % des personnes de plus de 18 ans en France**. Ces phénomènes, associés aux efforts d'offre et de promotion de produits, appareils ou méthodes se prévalant d'un effet sur le poids, sont à l'origine d'une quête croissante d'amaigrissement. Celle-ci repose souvent sur des régimes amaigrissants, la prise de médicaments ou de compléments alimentaires sans justification ni suivi médical.

La démarche de perdre du poids n'est pas anodine. Lors d'une telle démarche, il est indispensable de définir avec le patient les objectifs de perte de poids, dans le cadre d'une prise en charge globale, personnalisée et à long terme, indispensable pour obtenir des modifications durables des habitudes diététiques, comportementales et d'activité physique.

Un traitement médicamenteux ne peut être envisagé qu'en cas de nécessité médicale de perte de poids et de réponse insuffisante aux mesures sur les habitudes hygiéno-diététiques. Il faut rappeler que l'excès de poids lui-même peut exposer au risque d'effets indésirables des produits amaigrissants en raison de l'association fréquente de pathologies telles que diabète, maladies cardiovasculaires, syndrome métabolique, etc., qui peuvent elles-mêmes contre-indiquer l'utilisation de certaines substances actives.

Il est recommandé de :

❖ Rechercher dans le bilan initial des comportements potentiellement dangereux face aux produits et pratiques à visée amaigrissante

- Achat de médicaments en dehors du circuit officiel, notamment sur Internet

La vente de médicaments sur Internet est strictement encadrée. En effet, la création et l'exploitation d'un site Internet de vente de médicaments sont réservées aux pharmaciens. Le site doit être adossé à une officine de pharmacie physique et seuls les médicaments non soumis à prescription obligatoire peuvent être vendus sur ces sites Internet (la liste des sites autorisés est disponible sur les sites Internet de l'Ordre national des pharmaciens et du ministère de la santé).

Néanmoins, de nombreux sites Internet, des courriels non sollicités, des herboristeries et d'autres boutiques de vente au détail non pharmaceutiques proposent la vente de produits revendiquant un effet amaigrissant.

Le patient s'expose aux dangers suivants :

- *Provenance des produits inconnue et authenticité non garantie* : les circuits de distribution ne font pas partie de la chaîne pharmaceutique régulièrement contrôlée par les autorités sanitaires. Les médicaments peuvent être contrefaits, de composition et de qualité non garanties voire périmés ou altérés en raison de conditions de stockage ou de transports inadaptées.

* Deuxième étude individuelle nationale des consommations alimentaires (Anses 2006-2007)

** Enquête ObEpi (enquête INSERM, TNS Healthcare SOFRES, Roche)

- *Médicaments mis sur le marché en violation avec la réglementation et la législation en vigueur* : Les produits à visée amaigrissante sont parmi les produits de santé falsifiés le plus couramment rencontrés sur Internet. Il s'agit de produits présentés comme des compléments alimentaires mais qui répondent en réalité à la définition du médicament puisqu'ils contiennent une ou plusieurs substances pharmacologiquement actives, non mentionnées sur l'étiquetage.

Dans plusieurs des cas de pharmacovigilance relatifs à des produits pour la perte de poids vendus en dehors du circuit pharmaceutique, des substances interdites et non mentionnées sur l'étiquetage ont été retrouvées, comme par exemple de la sibutramine, de la fluoxétine, de la phénolphthaléine, des métaux lourds (chrome ou autres) ou de l'Ephédra (plante contenant de l'éphédrine).

- *Médicaments dont l'AMM a été retirée en raison d'un rapport bénéfice/risque qui s'est révélé défavorable* : Certains sites Internet proposent la vente de manière illicite de médicaments du surpoids ou de l'obésité qui agissaient sur le système nerveux central ont été retirés du marché depuis les années 1990. .

- **Recours à des méthodes pouvant relever du charlatanisme** : ces méthodes consistent la plupart du temps à associer des conseils hygiéno-diététiques et des méthodes diverses à base de massages, de cabines à infrarouges, d'appareils d'électrothérapie, à ultrasons ou de drainage lymphatique. Elles revendiquent une efficacité et un effet durable sans aucun effet indésirable, alors que les preuves scientifiques manquent.
- **Usage détourné de médicaments dans le but de perdre du poids** : tels que laxatifs, diurétiques, pseudo-éphédrine vendus sans ordonnance.

❖ **Prévenir que les préparations à base de plantes, souvent perçues comme une approche naturelle, ne sont pas dénuées de risques**

Le recours aux plantes pour la perte de poids est fréquent car elles sont perçues comme une approche "naturelle" dépourvue de risque, ne nécessitant pas une prise en charge médicale, et sont facilement accessibles.

Le respect de la qualité des médicaments à base de plantes permet d'éviter ou de limiter les risques pour la santé. Des contrôles conduits chez certains revendeurs ont montré des déficiences en termes de :

- composition et qualité : outre des espèces végétales mal identifiées ou une variabilité des éléments constitutants, on peut retrouver des métaux lourds ou des substances chimiques.
- emballage et étiquetage : les contre-indications et les risques d'interactions de certains composants potentiellement dangereux pour la santé peuvent ne pas être mentionnés.

Certaines plantes, contenues dans des produits revendiquant un effet amaigrissant, à l'origine d'effets indésirables graves ont fait l'objet d'une décision de police sanitaire. L'ANSM a ainsi suspendu l'autorisation de mise sur le marché (AMM) de la spécialité Exolise® (extraits hydro-alcooliques forts de feuille de thé vert) proposée en complément de régimes amaigrissants, en raison de cas d'atteinte hépatique rares mais parfois graves.



❖ **Ne pas prescrire de médicaments hors AMM**

Certains médicaments n'ayant pas d'indication dans le traitement du surpoids ou de l'obésité font l'objet d'un usage détourné. Leurs effets sur le poids sont parfois vantés dans le cadre de réseaux sociaux et peuvent faire l'objet d'une forte demande des patients.

En cas de prescription hors AMM, le médecin doit appuyer sa décision sur l'état des connaissances scientifiques relatives à l'efficacité et la sécurité d'un médicament dans une indication donnée, et justifier que le patient a reçu une information adaptée à sa situation sur l'absence d'alternative thérapeutique, les risques encourus, les contraintes et le bénéfice susceptible d'être apporté par le médicament.

❖ **Ne pas prescrire de préparation magistrale dans le cadre d'une démarche de perte de poids**

Les prescriptions de préparations magistrales dans le cadre d'une démarche de perte de poids ne sont pas justifiées et sont porteuses de risque. Ainsi, l'ANSM a pris plusieurs mesures visant à les interdire.

❖ **Suivre les recommandations de prise en charge du surpoids et de l'obésité émises par la Haute Autorité de Santé (www.has-sante.fr)**

❖ **Déclarer les effets indésirables**

Les effets indésirables liés aux produits de santé (dispositifs médicaux, médicaments y compris préparations magistrales, ...) ou aux produits cosmétiques doivent donner lieu à une déclaration aux réseaux nationaux de vigilance (coordonnées disponibles sur www.ansm.sante.fr).