



## ADDITIFS ALIMENTAIRES

Un additif alimentaire est toute substance chimique ajoutée à un aliment pendant sa préparation ou son entreposage et qui devient partie intégrante de l'aliment ou qui en modifie les caractéristiques dans un but précis.<sup>1</sup>

On se sert des additifs alimentaires pour :

- **améliorer la conservabilité et réduire les pertes** (p. ex., on ajoute du propanoate de calcium au pain pour l'empêcher de moisir et on ajoute du BHA ou du BHT à certains produits alimentaires pour empêcher les huiles ou les matières grasses de rancir);
- **maintenir les caractéristiques de qualité des aliments** (p. ex., on ajoute de la fécule de maïs au sucre en poudre pour l'empêcher de s'agglomérer et on ajoute de la moutarde comme émulsifiant pour empêcher l'huile et d'autres ingrédients de se séparer);
- **favoriser une préparation rapide et facile des aliments** (p. ex., des phosphates sont présents dans le gruau instantané ou le pudding instantané);
- **rendre les aliments plus attrayants** (p. ex., des colorants artificiels ou synthétiques sont ajoutés à certains aliments; des rehausseurs de saveur comme le glutamate monosodique (GMS) sont ajoutés aux soupes et aux sauces et des édulcorants sont ajoutés aux boissons et aux céréales pour petit déjeuner).<sup>2</sup>

Au Canada, les vitamines, les minéraux et d'autres nutriments, comme les acides aminés (parfois ajoutés pour améliorer la valeur nutritive) ne sont pas considérés comme des additifs alimentaires, sauf si on s'en sert aux fins indiquées ci-dessus. On ne considère pas non plus que les épices, les assaisonnements ou aromatisants sont des additifs alimentaires..<sup>3</sup>



Scientifique des produits alimentaires

Les humains ajoutent des substances aux aliments depuis des milliers d'années, que ce soit pour en prolonger la durée de vie ou pour en améliorer la saveur. Des historiens ont trouvé des renseignements indiquant que le sel était utilisé pour conserver la viande il y a aussi longtemps que l'an 3000 av. J.-C..<sup>4</sup>

L'enveloppe des graines de moutarde peut servir d'émulsifiant

## COMMENT LES ADDITIFS ALIMENTAIRES SONT-ILS CONTRÔLÉS AU CANADA?

Santé Canada réglemente les additifs alimentaires au moyen du Règlement sur les aliments et drogues.<sup>5</sup> La réglementation stipule que les additifs alimentaires doivent respecter certaines normes pour qu'on considère qu'ils peuvent être utilisés sans danger dans des aliments. Les additifs alimentaires peuvent uniquement être utilisés dans certains aliments.

## NOUVEAUX ADDITIFS ALIMENTAIRES

Si une substance particulière qui ne figure pas sur la liste des additifs alimentaires permis est ajoutée à un aliment, le transformateur doit présenter un **dossier d'autorisation** à Santé Canada avant que cet additif alimentaire ne puisse être utilisé dans des aliments vendus au Canada.

Les scientifiques de Santé Canada évaluent la demande sous tous les angles. Les additifs alimentaires doivent remplir leur rôle efficacement et ils ne doivent constituer aucun danger pour la santé des consommateurs.<sup>6</sup>



# ADDITIFS ALIMENTAIRES

## Étiquetage des additifs alimentaires

Les substances catégorisées comme étant des additifs alimentaires doivent figurer dans les listes d'ingrédients inscrites sur les emballages des produits avant leur vente. Des renseignements précis sur les colorants alimentaires doivent être fournis pour informer les consommateurs allergiques ou sensibles à ces additifs.

## LE DÉBAT SUR LES NITRATES/NITRITES

Le nitrate de sodium, couramment appelé **nitrate**, est un type de sel qu'on trouve dans la terre, dans l'air et dans l'eau. Le nitrate est naturellement présent dans les légumes-feuilles verts comme les épinards, les betteraves, le céleri, la laitue et les radis. Le nitrate se concentre dans les plantes au fil de leur croissance, car elles absorbent l'azote présent dans le sol. On ajoute des nitrates dans les viandes salaisonées comme les saucisses à hot dog, le bacon et le jambon pour prévenir la prolifération de bactéries et pour donner à la viande sa couleur rosée.



Quand les nitrates entrent en contact avec la salive, dans la bouche du consommateur, ils sont transformés en **nitrites**. Des recherches médicales ont établi que le nitrite joue un rôle crucial dans le maintien de la santé humaine en régulant la tension artérielle, en prévenant la perte de mémoire et en accélérant la guérison des blessures.<sup>7</sup>

Il existe des préoccupations relatives au fait que les viandes transformées (et donc les nitrates) pourraient causer le cancer, mais seuls 20 % des nitrites auxquels les êtres humains sont exposés sont d'origine alimentaire. De ces 20 %, seuls 2 ou 3 % proviennent des viandes transformées consommées dans le cadre d'un régime alimentaire moyen.<sup>8</sup>

