



**Canadian Beverage Association
Association canadienne des boissons**

**Discussion entre experts sur les boissons énergisantes
au Nouveau-Brunswick**

Le 1^{er} octobre 2013

Programme

1. À notre sujet
2. Au sujet des boissons énergisantes
 - Les boissons énergisantes au Canada
 - Les tendances de consommation
 - L'étiquetage
4. Initiatives de l'industrie
5. Sensibilisation à la caféine et éducation

À notre sujet

L'Association canadienne des boissons est l'association industrielle nationale qui représente le vaste éventail de marques et d'entreprises qui produisent et distribuent la majorité des boissons rafraîchissantes non alcoolisées consommées au Canada.

L'Association canadienne des boissons représente plus de 60 marques de jus, boissons de jus, eaux embouteillées, boissons pour sportifs, thés et cafés prêts à servir, boissons énergisantes, boissons nouvelles et novatrices, boissons gazeuses et autres boissons non alcoolisées.



Au sujet des boissons énergisantes

Les boissons énergisantes au Canada

Santé Canada a été le premier organisme à définir la composition des boissons énergisantes

- Limites maximales établies en :
 - caféine
 - acides aminés
 - vitamines
 - autres nutriments
- Limites en caféine
 - Les canettes individuelles sont plafonnées à 180 mg de caféine
 - La concentration est limitée à 400 mg par litre
 - Équivalent de 100 mg de caféine par 250 ml (~8 onces liquides)

Les boissons énergisantes au Canada

Les étiquettes des boissons énergisantes contiennent :

- un énoncé sur la teneur totale en caféine provenant de toutes les sources,
- un tableau sur la valeur nutritive qui détaille le nombre de calories et autres éléments nutritionnels du produit,
- une déclaration qui établit que les boissons énergisantes ne sont pas recommandées pour les enfants, les femmes enceintes ou allaitantes, ou les personnes sensibles à la caféine, et qu'elles ne devraient pas être mélangées à de l'alcool,
- la mention « Teneur élevée en caféine »,
- la mention d'utilisation « Nombre maximum de [contenant(s)/ portions] par jour »,
- tout autre étiquetage applicable relatif à la présence d'allergènes.

Aucune autre catégorie de boissons, y compris le café, n'est obligée d'étiqueter la teneur en caféine.

Évaluation du risque à la santé

Modélisation :

- Adoption d'une approche très prudente lors de l'élaboration de la stratégie de modélisation
- Utilisation de la dose journalière maximale recommandée de 2,5 mg/kg de poids corporel pour les adolescents également.

Conclusions :

Dans l'ensemble, l'évaluation du risque des boissons énergisantes dirigée par Santé Canada a confirmé que les boissons énergisantes sont sûres lorsqu'elles sont consommées conformément aux recommandations.

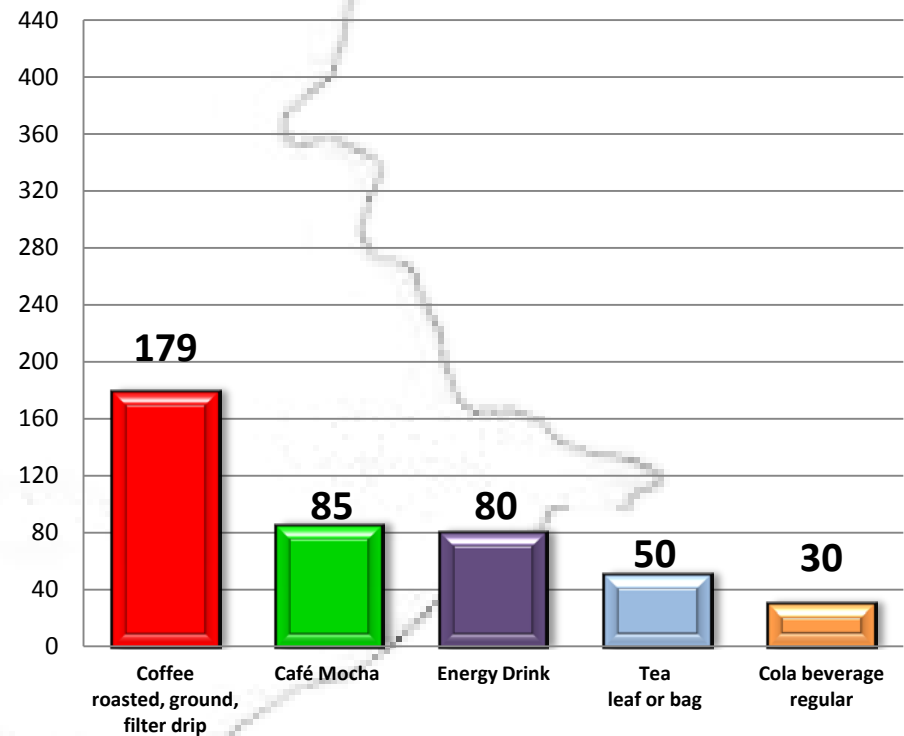
Conclusions spécifiques aux jeunes :

- Santé Canada a également déclaré que dans le cas des adolescents, une ou deux portions de boisson énergisante classique (à 80 mg de caféine par portion) ne représente probablement pas un risque aigu pour la santé si l'on considère la teneur en caféine
- Santé Canada a déterminé que les boissons énergisantes ne sont pas une préoccupation sanitaire pour les enfants (de 2 à 12 ans) puisqu'il a été jugé raisonnable de s'attendre à ce que le régime alimentaire des enfants de cet âge est surveillé/contrôlé par leurs parents

Comparaison en caféine

- Un petit café torréfié filtré contient deux fois plus de caféine qu'une boisson énergisante de quantité égale
- La grande majorité des cafés glacés contient plus de caféine qu'une boisson énergisante de quantité égale
- La recherche montre que 25 % des adolescents consomment au moins 4 cafés par semaine et seulement 5 % déclarent consommer au moins 4 boissons énergisantes par semaine

Caffeine Comparison Chart²
mg per 8 oz / 237 ml serving



Consommation en caféine au Canada

Consommation en caféine au Canada selon Santé Canada

- Selon Santé Canada, 90 % de la caféine consommée par les adultes canadiens provient du café et du thé¹

Recherche de l'industrie sur la consommation en caféine

- La recherche menée par Vision Critical en 2010 montre que la **majorité de la caféine (79 %)** consommée par les adolescents provient du café (chaud et glacé) et des boissons gazeuses
- La recherche menée par IPSOS en 2012 montre que 91 % des adolescents ne consomment pas de boissons énergisantes tous les jours, alors que 29 % consomment du café quotidiennement

Consommation en caféine semblable aux autres pays

États-Unis : *Food and Drug Administration (Somogyi, 2010)*

- Malgré l'arrivée des boissons énergisantes sur le marché au cours des 15 dernières années, la consommation en caféine demeure semblable – environ 300 mg par jour pour les adultes
- Les adolescents et les jeunes adultes (de 14 à 21 ans) consomment environ 1/3 de la caféine (soit 100 mg par jour) consommée par les adultes
- Le café, le thé et les boissons gazeuses représentent encore les principales sources de caféine dans tous les groupes d'âge, même chez les plus jeunes

International Life Sciences Institute (Mitchell et al., 2013)

- 37 815 consommateurs de boissons contenant de la caféine ont rempli un journal alimentaire portant sur 7 jours
- Le café était la source principale de caféine dans tous les groupes d'âge
- Les consommateurs de boissons énergisantes étaient peu nombreux dans tous les groupes d'âge (< 10 %)
- La part des boissons énergisantes dans l'apport total de caféine était de moins de 2 % dans l'ensemble de la population, et moins de 7 % dans tous les groupes d'âge

Consommation des boissons énergisantes au Nouveau-Brunswick

Rapport de l'enquête de 2012 sur la consommation de drogues par les élèves du Nouveau-Brunswick³

- 3 507 adolescents de la 7^e à la 12^e année ont participé à l'enquête :
 - **42,8 %** n'avaient pas consommé de boisson énergisante au cours de l'année précédente
 - **80,2 %** n'en avaient consommé aucune ou moins d'une par mois au cours de l'année précédente
 - Seulement **11,6 %** en consommaient plus d'une par mois
 - Seulement **8,2 %** en consommaient plus de deux par mois
- La consommation de boissons énergisantes contenant de la caféine parmi les élèves du Nouveau-Brunswick était **nettement inférieure** à celle des élèves de Nouvelle-Écosse et à peu près identique à celle des élèves de Terre-Neuve-et-Labrador

Consommation des boissons énergisantes au Canada

Recherche du Réseau du sport étudiant du Québec :⁴

- 10 000 adolescents québécois de 12 à 17 ans ont fait partie de l'étude
- 93 % des adolescents ne consommaient que rarement (28 %) ou jamais (65 %) de boissons énergisantes
- Seulement 1 % en consommait quotidiennement

Institut de la Statistique du Québec :⁵

- 60 000 adolescents de 13 à 17 ans ont participé à cette étude
- 82,8 % des adolescents ne consommaient que rarement ou jamais de boissons énergisantes
- Seulement 1,5 % en consommait quotidiennement


Enquête de 2011 sur la consommation de drogues et la santé des élèves de l'Ontario :⁶

- 10 000 élèves ontariens de la 7^e à la 12^e année ont participé à cette enquête
- Au cours de l'année précédente, 81 % des élèves n'ont que rarement (31 %) ou jamais (50 %) consommé de boissons énergisantes

Conformité aux autres pays

Union européenne : Autorité européenne de sécurité des aliments (*Zucconi et al., 2013*)

- L'arrivée des boissons énergisantes sur le marché date de presque 30 ans
- Plus de 52 000 participants de 16 États membres de l'UE ont participé à l'étude
- Chez les adultes, 92 % de l'apport total en caféine provient de sources alimentaires autres que les boissons énergisantes
- Chez les adolescents, 87 % de l'apport total en caféine provient de sources alimentaires autres que les boissons énergisantes



Importance de la sensibilisation et de l'éducation en matière de caféine

Conversation et éducation sur la caféine

- Les membres de l'ACB encouragent les Canadiens à mieux s'informer sur toutes les sources de caféine et à être conscients des niveaux de caféine présents dans les produits qu'ils consomment.
- L'ACB a mis à jour sa brochure sur les boissons énergisantes afin de refléter l'évolution de notre environnement et continuer d'éduquer les Canadiens.
- L'ACB souhaite collaborer avec les gouvernements municipaux et provinciaux afin de mettre en place des programmes d'éducation sur la caféine dans les écoles, par le biais des médias et d'autres moyens.



Initiatives de l'industrie et meilleures pratiques

Initiatives de l'industrie et meilleures pratiques

Les calories, nous en faisons une chose claire! : Une initiative nationale volontaire lancée en février 2011 qui permet au consommateur d'avoir toute l'information calorique sur le devant de l'emballage et au bout des doigts. Cette initiative reconnaît le besoin des consommateurs canadiens d'obtenir de l'information claire, constante et plus conviviale sur le contenu calorique des boissons qu'ils consomment.

Directives de consommation dans les écoles : L'industrie des boissons a volontairement enlevé toutes les boissons gazeuses classiques des écoles primaires, intermédiaires et secondaires dans l'ensemble du pays. Nos membres ne vendent pas et n'ont jamais vendu de boissons énergisantes dans les écoles.

Initiatives de l'industrie et meilleures pratiques

- **Directives de marketing :** Les membres de l'ACB ont travaillé ensemble afin d'élaborer des *Directives complètes sur le marketing destiné aux enfants* qui empêchent le marketing des boissons - sauf les jus de fruits, le lait et l'eau - auprès des enfants âgés de moins de 12 ans. En outre, de nombreuses entreprises productrices de boissons participent à l'Initiative canadienne pour la publicité sur les aliments et les boissons destinées aux enfants et à d'autres initiatives mondiales.
- **Campagne d'information sur les boissons énergisantes :**

Avec la participation du Centre canadien de lutte contre les toxicomanies, plus de 100 000 feuillets d'information sur les boissons énergisantes ont été distribués en 2011 à des dépanneurs de tout le pays. Le feuillet d'information avait pour objectif d'éduquer les Canadiens sur la composition des boissons énergisantes, leur effet sur l'organisme et les consommateurs à qui elles sont destinées.

 - Un article prêt à être imprimé a été distribué à travers Actualité Canada.
 - Un article éducatif sur les boissons énergisantes a été publié dans les revues des dépanneurs.

Exemples

FOOD & NUTRITION

What you should know about energy drinks

(678 words + 1 photo)

(N.C.)—Energy drinks are a unique product of... Association recognizes that many Canadians have questions about why and how energy drinks should be consumed.

Health Canada says: "Energy drinks are meant to supply mental and physical stimulation for a short period of time. They usually contain caffeine, taurine, vitamins and glucomannan, a carbohydrate."

While energy drinks are available in a wide range of flavours, formulations and formats in Canada, they share the following attributes:
• are formulated and sold as Natural Health Products (NHPs)
• contain caffeine
• are intended to supply temporary physical and/or mental stimulation restoring alertness and wakefulness when fatigued or drowsy.

Who should consume energy drinks? Energy drinks are formulated and recommended for people who are looking for additional mental and physical stimulation for short periods of time. Energy drinks are not recommended for children, pregnant or breastfeeding women, or people who are sensitive to caffeine. As with all NHPs, it is important to read the label and use as directed. Energy drink labels in Canada contain information on recommended use, recommended dosage, intended population, any cautions, and lists of medicinal and non-medicinal ingredients, as well as the amounts of each medicinal ingredient.

How many energy drinks should be consumed in a day? It is very important to read the product label to understand the recommended daily dosage, as can size and ingredients vary. The maximum recommended dosage is typically one or two cans a day. In addition, consumers should be aware of their caffeine intake from other sources (regular and specialty coffees, tea, chocolate, other NHPs, over-the-counter medications, etc.) and adjust their intake accordingly. Should energy drinks be mixed with alcohol?

As stated on the label, energy drinks are not recommended to be mixed with alcohol. The Association and its members do not promote

mixing energy drinks with alcohol.

Are energy drinks safe? In Canada, energy drinks are classified as NHPs because they make verified functional claims and because of their ingredients, such as caffeine, taurine and vitamins. Energy drinks are regulated and reviewed by Health Canada for their quality and safety and must display recommended conditions for use and cautions on their labels. Consumers can identify energy drinks authorized for sale by Health Canada by looking for the Natural Product Number (NPN) or Exemption Number (EN) on the label or by visiting the EN and NPN databases: wwwprod3.hc-sc.gc.ca/produit/produits/index.html (EN database) and wwwprod3.hc-sc.gc.ca/produit/produits/index.html (NPN database).

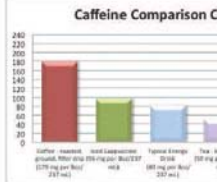
Energy drinks are currently sold in more than 160 countries around the world. Health authorities and scientific expert panels in these various jurisdictions have assessed energy drinks and their ingredients and have concluded that energy drinks are beverages that can be safely consumed as foods.

Always read the label before consuming and do not exceed the recommended dose.

How much caffeine is in an energy drink? Mainstream energy drinks, those products that represent the vast majority of sales in the energy drinks category in Canada, typically contain between 70 mg and 200 mg of caffeine per dose.

When consuming the maximum recommended daily dose for most mainstream energy drinks, caffeine intake would be comparable to less than two cups of coffee.

Are energy drinks and sports drinks the same thing? No, energy drinks should not be confused with sports drinks. Sports drinks are beverages



Compiled using information from the following websites: www.hc-sc.gc.ca/nhp/produit/produits/index.html

that are specifically formulated to rehydrate the body and usually provide energy needed for physical activity. Sports drinks also replenish electrolytes and potassium balance. What are Natural Health Products? Under Health Canada's Food and Drug Regulations, NHPs are occurring substances or their salts that are used to restore health. NHPs, often called "alternative" medicines, include minerals, herbal remedies, traditional medicines, etc. NHPs must be safe to use. More information on the energy drinks category is available at www.cbsa.ca.

Energy Drinks in Canada

What are they?

Who are they for?

Canadian Beverage Association Association canadienne des boissons



Find these articles at www.newscanada.com

34 September 2011

Who should consume energy drinks?

Energy drinks are formulated and recommended for people who are looking for additional mental and physical stimulation for short periods of time. Energy drinks are not recommended for children, pregnant or breastfeeding women, or people who are sensitive to caffeine. This information is reflected on the label.

As with all NHPs, it is important to read the label and use as directed. Energy drink labels in Canada contain information on recommended use, recommended dosage, intended population, any cautions, and lists of medicinal and non-medicinal ingredients as well as the amounts of each medicinal ingredient.

How many energy drinks should be consumed in a day?

It is very important to read the product label to understand the recommended daily dosage, as can size and ingredients vary. The maximum recommended dosage is typically one or two cans a day. In addition, consumers should be aware of their caffeine intake from other sources (coffee, specialty coffee, tea, chocolate, other NHPs, over-the-counter medications, etc.) and adjust their intake accordingly.

Should energy drinks be mixed with alcohol?

As stated on the label, it is not recommended that energy drinks be mixed with alcohol. The CBA and its members do not promote mixing energy drinks with alcohol.



An FYI on

ENERGY DRINKS

It isn't easy for consumers to separate facts from fiction when it comes to energy drinks. So the Canadian Beverage Association (CBA) developed a primer on the dos and don'ts of energy drink consumption. This is what your customers should know:

What are energy drinks?

According to Health Canada: "Energy drinks are meant to supply mental and physical stimulation for a short period of time. They usually contain caffeine, taurine, vitamins and glucomannan, a carbohydrate."

While energy drinks are available in a wide range of flavours, formulations and formats in Canada, they share the following attributes:

- Are formulated and sold as Natural Health Products (NHPs)
- Contain caffeine
- Are intended to supply temporary physical and/or mental stimulation restoring alertness and wakefulness when fatigued or drowsy



Are energy drinks safe?

In Canada, energy drinks are classified as Natural Health Products (NHPs) because they make verified functional claims and because of their ingredients, such as caffeine, taurine and vitamins. Energy drinks are regulated and reviewed by Health Canada for their quality and safety and must display recommended conditions for use and cautions on their labels. Consumers can identify energy drinks authorized for sale by Health Canada by looking for the NPN or Exemption Number (EN) on the label or by visiting the EN and NPN databases.

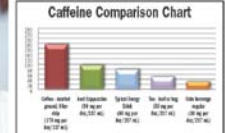
Energy drinks are currently sold in more than 160 countries around the world. Health authorities and scientific expert panels in these various jurisdictions around the world have assessed energy drink and their ingredients and have concluded that energy drinks (along with the ingredients they contain) are beverages that can be safely consumed as foods.

Always read the label before consuming and do not exceed the recommended dose.

How much caffeine is in an energy drink?

Mainstream energy drinks, those products that represent the vast majority of sales in the energy drinks category in Canada, typically contain between 70 mg and 200 mg of caffeine per dose.

When consuming the maximum recommended daily dose for most mainstream energy drinks, caffeine intake would be comparable to less than two cups of coffee.



It is important to be cautious about the foods and beverages you consume," says Cathy Pearson, Registered Dietitian. "Gathering information and then making an informed decision will help you ensure if a beverage product fits into your diet, and whether you are consuming it correctly."

re can

Energy drink should not be confused with sports drinks. Sports drinks are beverages that are specifically formulated to rehydrate the body and usually provide energy needed for physical activity. Sports drinks also replenish electrolytes and potassium balance in the body. Energy drinks, on the other hand, are meant to supply mental and physical stimulation for a short period of time.

How many energy drinks should be consumed in a day?

It is very important to read the product label to understand the recommended daily dosage, as can size and ingredients vary. The maximum recommended dosage is typically one or two cans a day. In addition, consumers should be aware of their caffeine intake from other sources (coffee, specialty coffee, tea, chocolate, other NHPs, over-the-counter medications, etc.) and adjust their intake accordingly.

As stated on the label, it is not recommended that energy drinks be mixed with alcohol. The CBA and its members do not promote mixing energy drinks with alcohol.

Who are they for?

Energy drinks are formulated and recommended for people who are looking for additional mental and physical stimulation for short periods of time. Energy drinks are not recommended for children, pregnant or breastfeeding women, or people who are sensitive to caffeine. This information is reflected on the label.

Where can I get more information?

For more information on the energy drinks category, visit the Canadian Beverage Association website at www.cbsa.ca. For more information on the energy drinks category, visit the Canadian Beverage Association website at www.cbsa.ca.

Information supplémentaire

Pour de plus amples renseignements, veuillez visiter notre site Web à l'adresse

www.canadianbeverage.ca

Références

1. Votre santé et vous – Caféine, Santé Canada <http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/iyh-vsv/food-aliment/caffeine-fra.php>
2. La caféine dans les aliments, Santé Canada <http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/securit/addit/caf/food-caf-aliments-fra.php>
3. Rapport de l'enquête de 2012 sur la consommation de drogues chez les élèves du Nouveau-Brunswick <http://www.gnb.ca/0378/pdf/2013/9230f.pdf>
4. Réseau du sport étudiant du Québec. (2011) Enquête québécoise sur la malbouffe : 10 000 jeunes se prononcent http://www.sportetudiant.com/static/webupload/websiteDocuments/100000/rapport_d'enquete_fra_1_page.pdf
5. Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011 - Tome 1 Tableau A3.2 http://www.stat.gouv.qc.ca/publications/sante/pdf2012/EQSJS_tome1.pdf
6. Centre de toxicomanie et de santé mentale. (2011) Sondage des étudiants de l'Institut de recherche sociale de l'Université de York http://www.camh.ca/en/research/news_and_publications/ontario-student-drug-use-and-health-survey/Documents/2011%20OSDUHS%20Docs/2011OSDUHS_Detailed_DrugUseReport_2.pdf