L'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (ANSES), a récemment reçu plusieurs signalements d'**effets indésirables** suspectés d'être liés à la **consommation** de **boissons dites énergisantes**, sans que le lien de causalité avec la consommation de ces boissons puisse être établi.

Depuis 2009, dans le cadre de son dispositif de nutrivigilance, l'ANSES suit et recueille en effet les effets indésirables suspectés d'être liés à la consommation de ces boissons, qui contiennent généralement des ingrédients « stimulants » tels que taurine, caféine, guarana, ginseng, vitamines, etc.

Certains modes de consommation courants de ces boissons (activité sportive, consommation en mélange avec de l'alcool) pourraient être associés à des risques cardio-vasculaires, lors d'exercices physiques intenses et de perception amoindrie des effets liés à l'alcool.

Marisol Touraine, Ministre des Affaires sociales et de la Santé, a demandé à l'Anses de renforcer sa vigilance sur toutes les boissons dites « énergisantes ».

Le Ministère des Affaires sociales et de la Santé recommande en outre de suivre les précautions suivantes :

· Ces boissons doivent être **réservées aux adultes** et sont **déconseillées** aux **femmes enceintes** et aux **sportifs**.

· Ces boissons doivent être **consommées avec modération** ; il est conseillé de ne pas dépasser les doses mentionnées, le cas échéant, sur les étiquettes. La consommation de boissons contenant l'association de caféine, taurine et glucurunolactone à des doses élevées ne doit dépasser plus de 125 ml par jour, soit, la contenance d'une demi-cannette standard (250 ml).

· Ces boissons contenant des ingrédients pouvant entraîner une hyperexcitabilité, une irritabilité, une nervosité et une augmentation de l'anxiété, ne doivent **pas être associées à des boissons alcoolisées**
,
substances
ou des
médicaments
ayant une
action sur le système nerveux centra
l ou des
effets neurologiques
.