

Additifs E 100, E 133, E 300...  
À quoi correspondent-ils ?  
Quels sont leurs rôles dans nos aliments ?

## 4 CLÉS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS DE VOS PATIENTS

### 1 Que sont les additifs et pourquoi les utilise-t-on ?

Les additifs alimentaires sont des substances ajoutées aux aliments pour exercer une fonction technologique spécifique : par exemple pour colorer ou contribuer à la conservation.

Les additifs sont d'origine naturelle (obtenus à partir de micro-organismes, d'algues, d'extraits végétaux ou minéraux,...) ou de synthèse<sup>1</sup>.

### 2 Les additifs sont-ils sûrs ?

Seuls les additifs autorisés au niveau européen peuvent être utilisés (principe de liste positive). Pour obtenir une autorisation, le fabricant d'additifs doit déposer une demande officielle auprès de la Commission européenne. Il doit constituer un dossier scientifique exhaustif sur la sécurité du produit, l'utilisation prévue et les doses utilisées. L'EFSA évalue les données soumises et émet un avis sur la sécurité de l'additif pour son usage prévu. Elle fixe aussi le seuil en dessous duquel la consommation de l'additif peut être considérée comme sûre (DJA\*\*).

La Commission européenne et le Parlement européen décident ensuite d'accorder ou non l'autorisation, à une quantité donnée et pour un usage précis.

### 3 Peuvent-ils entraîner des allergies ou des intolérances ?

La majorité des additifs ne sont pas allergisants. Cet aspect est pris en compte dans l'évaluation de l'additif et dans la fixation des doses maximales autorisées. À ce jour, seuls les sulfites (E221, E222...) font partie des allergènes majeurs à déclaration obligatoire dans la liste des ingrédients quand la quantité de sulfites dans le produit excède 10 mg/kg ou 10 mg/l<sup>4</sup>.

### Le saviez-vous ?

Actuellement, près de

**330** additifs

alimentaires sont  
**autorisés** par  
une réglementation  
européenne dans les  
denrées alimentaires<sup>2</sup>.

### Point sur...

L'EFSA est chargée de réévaluer la sécurité d'un additif à chaque nouvelle avancée scientifique.

De plus, elle procède jusqu'en 2020 à la réévaluation de tous les additifs qui ont été autorisés en Europe avant 2009.

Ses conclusions permettent de maintenir ou restreindre les autorisations existantes<sup>3</sup>.

## 4 Comment identifier les additifs sur les emballages et quelles sont les principales catégories ?

Les additifs sont obligatoirement indiqués dans la liste des ingrédients par leur nom ou par leur code européen commençant par la lettre E, signifiant Europe, suivi de 3 ou 4 chiffres, compris entre 100 et 1518, qui indiquent leur fonction<sup>2</sup>.



### Bon à savoir...

- Les arômes ne font pas partie des additifs et font l'objet d'une réglementation distincte<sup>5</sup>.
- Leur code européen E800 n'est plus utilisé.

Ils sont regroupés en 27 catégories fonctionnelles, parmi lesquelles :



- **E100 les colorants** ex. : rouge de betterave (E162)
- **E200 les conservateurs** ex. : nitrite de sodium (E250)
- **E300 les antioxydants** ex. : acide ascorbique (E300)
- **E400 les agents de texture** ex. : agar agar (E406)
- **E500 les antiagglomérants** ex. : carbonate de sodium (E500)
- **E600 les exhausteurs de goût** ex. : glutamate de sodium (E621)
- **E900 les édulcorants** ex. : aspartame (E951)

## QUE RETENIR SUR LES ADDITIFS ?

### 1

Un additif est une substance ajoutée aux aliments pour exercer une fonction technologique spécifique.

### 2

Chaque additif est soumis à des tests d'évaluation toxicologiques avant d'être autorisé dans les aliments.

### 3

La majorité des additifs ne sont pas allergisants.

### 4

Les additifs sont obligatoirement signalés dans la liste des ingrédients soit par leur nom, soit grâce à un code européen commençant par un « E » et suivi de 3 ou 4 chiffres.

1. European Food Safety Authority (EFSA) - Le point sur les additifs alimentaires. 2. Règlement (CE) No 1333/2008 du parlement européen et du conseil du 16 décembre 2008 sur les additifs alimentaires. 3. European Food Safety Authority (EFSA) - Réévaluation des additifs alimentaires d'ici 2020. 4. Directive 2003/89/CE du Parlement Européen et du Conseil du 10 novembre 2003. 5. European Food Safety Authority (EFSA) - Les arômes.

<sup>2</sup>EFSA : AESA en français, Autorité Européenne de Sécurité des Aliments.

<sup>5</sup>DJA : dose journalière admissible.

**En savoir plus ?**  
Rendez-vous sur  
[www.nutripro.nestle.fr](http://www.nutripro.nestle.fr)  
09 70 80 97 80

