L’ANSM met en garde contre les produits pour perdre du poids

Médicaments sur Internet, le saut dans l’inconnu

Les publicités qui vantent les mérites des méthodes d’amaigrissement ou des médicaments miracles sont nombreuses. Pourtant acheter des produits de santé sur Internet présente un risque à ne pas négliger. Parmi les produits proposés, les produits amaigrissants sont omniprésents. Certains sites vendent même des médicaments, ce qui est interdit en France (sauf cas des pharmacies en ligne, rattachées à une officine « physique » identifiable). Quel que soit l’affichage, il est toujours difficile d’avoir des certitudes sur l’origine, l’authenticité et la sécurité des produits vendus en ligne. Même un produit apparemment sans risque, présenté comme un complément alimentaire, peut contenir une substance médicamenteuse qui possède des contre-indications, par exemple avec un traitement contre le diabète.

Un traitement médical personnel et unique

L’ANSM rappelle par ailleurs que chaque prescription de médicaments est personnelle et ne peut être transposée directement à un ami ou à un proche, sans avis médical. Ne prenez en aucun cas les médicaments de quelqu’un d’autre et ne modifiez pas votre prescription selon ce que vous avez lu sur Internet ou entendu par le bouche à oreille.

Des produits à base de plantes pas toujours « naturels »

Bien que vendus comme naturels, les produits à base de plantes ne doivent pas être utilisés sans un avis de votre pharmacien. Leur composition est parfois floue : certains éléments peuvent interagir avec un traitement médical en cours. Des contrôles effectués sur ces produits ont montré que la qualité des plantes utilisées était souvent très variable et la composition parfois différente de ce qui est annoncé sur l’emballage. Bref un produit, même « d’origine naturelle », n’est pas anodin et il est important de consulter un professionnel de santé pour être bien orienté.

Méthodes miracle, trop belles pour être vraies

Enfin l’ANSM met en garde contre les méthodes « miracle », qui vous garantissent un résultat inégalable dans un temps record et avec un effort minimum. A base d’appareils type massage, ultrason ou autres, méfiez-vous de ces programmes qui promettent une perte de poids ou une action sur votre diabète. La méthode rêvée est toujours trop belle pour être vraie.

L’objectif de perdre du poids peut sembler long et décourageant mais un accompagnement par votre médecin, l’aide d’un diététicien ou d’un nutritionniste vous donneront de meilleures chances de succès, tout en préservant votre santé !

Lire l'intégralité du rapport de l'ANSM, " Evaluation des risques liés à l’utilisation de produits de santé à des fins d’amaigrissement (07/07/2015) "