

Exposition des consommateurs aux minéraux

Extrait de la synthèse des résultats de EAT2 publiée par l'ANSES le 21 juin 2011.

Substances	Résultats principaux		Actions correctives ou besoins de recherches
	Risque d'excès d'apports	Risque d'insuffisance d'apports	
Sodium	Risque ne pouvant être écarté pour certains groupes de consommateurs	-	Nécessité de poursuivre les efforts pour réduire les expositions alimentaires
Chrome	Impossible de conclure quant au risque lié à l'apport alimentaire	Impossible de conclure quant à la couverture des besoins en CrIII	Nécessité de mener des études toxicologiques à long terme, par voie orale Nécessité de mettre en œuvre des méthodes analytiques de routine pour la spéciation du chrome dans les aliments
Lithium, manganèse, potassium, molybdène	Risque pouvant être écarté pour la population générale	Impossible de conclure quant à la couverture des besoins en CrIII	Nécessité de données supplémentaires pour définir de manière pertinente les besoins
Zinc	Risque ne pouvant être écarté pour les enfants	Risque ne pouvant être écarté pour certains groupes de consommateurs (zinc: enfants; sélénium: personnes âgées)	Nécessité de mettre en regard les données liées au statut nutritionnel Nécessité de réévaluer les besoins pour le calcium, le cuivre, le fer et le magnésium
Sélénium	Risque pouvant être écarté pour la population générale		
Cuivre	Risque ne pouvant être écarté pour certains groupes de consommateurs (adultes et enfants les plus exposés)	Risque ne pouvant être écarté pour certains groupes de consommateurs (cuivre : enfants; calcium : adolescents; fer : femmes et jeunes filles ; adultes et enfants avec les apports les plus faibles) mais incertitudes sur les besoins	<p>EAT2 est une enquête sur l'alimentation totale réalisée par l'ANSES en 2006-2007. Financée sur fonds publics, elle mesure l'exposition des consommateurs à 445 contaminants potentiels.</p>
Calcium, fer, magnésium	Risque pouvant être écarté pour la population générale		

Opinion répandue...

« Les sels minéraux apportée par l'eau de boisson et les aliments sont bons pour notre santé. »

Notre analyse

« S'il est vrai que beaucoup de sels minéraux sont indispensables au bon fonctionnement de notre organisme, des apports trop faibles ou trop élevés sont de nature à entraîner des troubles importants.

Douze sels minéraux ont été analysés par l'EAT2 et détectés dans 88% des 14500 analyses réalisées.

Le sodium, le zinc et le cuivre semblent devoir faire l'objet d'attentions particulières, en particulier pour les personnes les plus concernées par des apports excessifs ou des manques évidents. Dans le cas du chrome, les connaissances en tous domaines sont encore beaucoup trop faibles pour que l'existence d'un risque quelconque puisse être appréciée.

En règle générale, il existe toujours bon nombre d'insuffisances dans les méthodes d'analyses concernant les minéraux et surtout, une connaissance trop fragmentaire du statut nutritionnel de certains d'entre eux et sur l'étendue des besoins de l'organisme humain selon son sexe et son âge. »