

Messages essentiels à destination du public

La décision de perdre du poids n'est pas anodine

Certaines méthodes d'amaigrissement sont dangereuses, ainsi d'ailleurs que toute modification brutale ou trop importante du poids. Il est donc indispensable que des professionnels de santé définissent avec vous vos objectifs de perte de poids dans le cadre d'une prise en charge globale et au long cours.

Méfiez-vous:

❖ Des produits vendus en dehors des pharmacies, particulièrement sur Internet

A ce jour, la vente de médicaments sur Internet en dehors des sites adossés à une officine physique autorisés, est interdite en France. Néanmoins, de nombreux sites proposent la vente en ligne de produits à visée amaigrissante, dont des médicaments.

- Vous risquez d'utiliser un médicament qui n'est pas adapté à votre cas.
- La provenance des produits est inconnue et leur authenticité et sécurité ne sont pas garanties.
- Certains produits présentés comme des compléments alimentaires peuvent contenir une ou plusieurs substances médicamenteuses actives qui présentent des contre-indications et donc vous exposer à des risques graves.

Les produits à visée amaigrissante sont parmi les produits mis sur le marché en violation de la réglementation et de la législation en vigueur les plus couramment rencontrés sur Internet.

❖ Des médicaments conseillés ou transmis par votre famille ou des amis

Vous risquez de prendre un médicament qui n'est pas adapté à votre situation personnelle (âge, état de santé, antécédents médicaux, ...), ou en dehors des indications thérapeutiques pour lesquelles il a été approuvé par les autorités de santé ; les bénéfices et la sécurité d'emploi du médicament ne sont alors pas garantis.

❖ Des produits dont vous ne connaissez pas l'origine, même s'ils se revendiquent « naturels »

Par exemple, les produits à base de plantes, bien qu'ils soient perçus comme une approche « naturelle », ne sont pas dépourvus de risques. Demandez toujours conseil à un professionnel de santé, notamment un pharmacien.

Le respect de la qualité des médicaments à base de plantes permet d'éviter ou de limiter les risques pour la santé.

Des contrôles menés chez certains revendeurs ont montré que :

- la composition et la qualité des plantes vendues étaient inconstantes ;
- l'emballage et l'étiquetage sont souvent imprécis : certains composants, bien qu'ils soient potentiellement dangereux pour la santé, peuvent ne pas être mentionnés. Les mentions de mises en garde, contre-indications et de risques d'interactions avec des médicaments ou des aliments sont généralement absentes.

❖ Des méthodes « miracle »

Certaines méthodes revendiquent une efficacité rapide, en quelques séances, et un effet durable sans aucun effet indésirable, ni aucun effort... Elles peuvent sembler tentantes mais elles sont dénuées de justification scientifique et médicale et relèvent du charlatanisme.

En particulier, méfiez-vous des publicités mettant en avant des témoignages de personnes et/ou illustrées par des photographies arrangées de types "avant-après" revendiquant des résultats irréalistes, tant en termes de perte de poids obtenue que de délai d'obtention de ces résultats.

Que faut-il faire en cas de survenue d'un effet indésirable ?

Si vous constatez une réaction anormale après avoir pris un médicament ou un produit destiné à vous faire perdre du poids, signalez-la rapidement à votre médecin ou à votre pharmacien. D'une part, il vous indiquera la conduite à tenir, d'autre part, ce signalement peut aider les autorités de santé à prendre les mesures nécessaires.

Depuis juin 2011, les patients peuvent déclarer eux-mêmes les effets indésirables qu'ils pensent liés à l'utilisation d'un médicament. Les modalités et le formulaire de déclaration sont disponibles sur www.ansm.sante.fr, rubrique Déclarer un effet indésirable.

Le recours à un produit de santé pour aider à l'amaigrissement ne doit se faire que sur les conseils d'un professionnel de santé qui vérifiera que ce produit peut vous être bénéfique sans vous exposer à un danger.