



Document de synthèse au sujet de la caféine

Législation

L'ajout de la caféine **n'est autorisé que dans les boissons aromatisées sans alcool**, et ce dans certaines limites. L'annexe à [l'arrêté royal du 1^{er} mars 1998](#), fixe la quantité maximale autorisée dans les boissons aromatisées sans alcool à 320 mg de caféine par litre.

Dans les autres denrées alimentaires, l'ajout de la caféine n'est pas autorisé. Il y a toutefois **deux exceptions** à cette restriction d'utilisation de la caféine :

1. Si elle est utilisée en tant qu'arôme

Dans ce cas, c'est le [Règlement \(CE\) n° 1334/2008 du Parlement européen et du Conseil](#) qui est d'application. L'utilisation de la caféine comme arôme est soumise aux restrictions d'utilisations reprises à l'annexe I de ce règlement. La caféine ne peut par exemple être utilisée que dans certaines catégories d'aliments pour lesquelles, par ailleurs, des concentrations maximales sont spécifiées.

2. Si elle entre dans la composition de produits qui répondent à la définition de compléments alimentaires

Ce sont alors les dispositions prévues par [l'arrêté ministériel du 19 février 2009 relatif à la fabrication et au commerce de compléments alimentaires contenant d'autres substances que des nutriments et des plantes ou des préparations de plantes](#), modifié le 26/10/2018, qui s'appliquent, quelle que soit la source de caféine.

Etiquetage

Les règles spécifiques en matière d'étiquetage sont régies par le [règlement \(UE\) N° 1169/2011](#) concernant l'information des consommateurs sur les denrées alimentaires.

- Pour les boissons à teneur élevée en caféine :

<p>Boissons, à l'exception de celles à base de café, de thé, ou d'extrait de café ou de thé, dont la dénomination comporte le terme «café» ou «thé»¹,</p> <ul style="list-style-type: none">➤ destinées à être consommées en l'état et contenant de la caféine, quelle qu'en soit la source, dans une proportion supérieure à 150 mg/l, ou➤ se présentant sous forme concentrée ou déshydratée et, après reconstitution, contenant de la caféine, quelle qu'en soit la source, dans une proportion supérieure à 150 mg/l.	<p>Mention obligatoire :</p> <p>«teneur élevée en caféine, déconseillé aux enfants et aux femmes enceintes ou allaitantes»</p> <p>Cette mention doit figurer dans le même champ visuel que la dénomination de la boisson, suivie, entre parenthèses -conformément aux dispositions de l'article 13, paragraphe 1, du règlement - d'une référence à la teneur en caféine exprimée en mg pour 100 ml.</p>
---	---

¹ Point 4.1 de l'annexe III du règlement

- Pour des denrées alimentaires autres que des boissons, auxquelles la caféine est ajoutée à des fins physiologiques², la mention «contient de la caféine, déconseillé aux enfants et aux femmes enceintes» doit figurer dans le même champ visuel que la dénomination de la denrée alimentaire, suivie, entre parenthèses -conformément aux dispositions de l'article 13, paragraphe 1 -du règlement, d'une référence à la teneur en caféine exprimée en mg pour 100 g/ou mg pour 100ml. Soulignons que cet avertissement est également obligatoire quand ce n'est pas de la caféine en tant que telle qui est ajoutée, mais un ingrédient contenant naturellement de la caféine (ex : guarana) et qui est ajouté notamment comme source de caféine. Dans le cas de compléments alimentaires, la teneur en caféine est exprimée en fonction de la portion journalière recommandée sur l'étiquetage.
- Si la caféine est utilisée en tant qu'arôme dans la fabrication ou la préparation d'une denrée alimentaire, elle doit être mentionnée dans la liste des ingrédients ; immédiatement après le terme «arôme(s)».

Avis scientifiques

- Avis du Conseil Supérieur de la santé :
 - [Avis 8689 Utilisation de la caféine dans les denrées alimentaires](#)
 - [Avis 8622 Boissons énergisantes](#)
- Avis de l'EFSA :
 - [Rapport sur les boissons «énergisantes» \(2013\)](#)
 - [L'évaluation des risques expliquée par l'EFSA : Caféine \(2015\)](#)
 - [Caféine: combien peut-on en consommer sans risque ? \(2015\)](#)
 - [Scientific Opinion on the safety of caffeine \(2015\)](#)
 - [Scientific Opinion on Flavouring Group Evaluation 49, Revision 1 \(FGE.49Rev1\): xanthine alkaloids from the priority list \(2017\)](#)

² Point 4.2 de l'annexe III du règlement