



**Canadian Beverage Association**  
**Association canadienne des boissons**

CSSS - 003M  
C.P. PL 9  
Loi visant à prévenir  
les effets nocifs de la boisson  
énergisante sur la santé des jeunes

## **Association canadienne des boissons**

Mémoire sur le projet de loi 9

*Loi visant à prévenir les effets nocifs  
de la boisson énergisante sur la santé des jeunes*

**Le 9 juin 2026**

## À propos de l'Association canadienne des boissons

L'Association canadienne des boissons (ACB) est la voix de confiance et le porte-parole reconnu du secteur canadien des boissons non alcoolisées, un secteur durable, responsable et concurrentiel. L'association représente plus de 60 marques de boissons non alcoolisées, y compris les boissons gazeuses, les jus, l'eau embouteillée, les boissons pour sportifs, les boissons fonctionnelles, ainsi que les cafés et thés prêts à boire. La plupart des boissons vendues par les membres partout au pays sont fabriquées et expédiées au Canada.

Au Québec, le secteur des boissons non alcoolisées génère plus de 3 000 emplois directs dans 73 établissements et procure annuellement 449 M\$ de recettes fiscales au gouvernement. Le secteur s'engage à maintenir et à accroître sa contribution au Québec et au Canada.

### Résumé des recommandations

Dans un délai très court, l'ACB a examiné la proposition législative du gouvernement du Québec, le projet de loi 9, *Loi visant à prévenir les effets nocifs de la boisson énergisante sur la santé des jeunes*, qui vise à restreindre la vente de boissons énergisantes aux personnes de moins de 16 ans.

D'entrée de jeu, nous nous objectons respectueusement au caractère précipité et abrégé de cette consultation et demandons au gouvernement du Québec d'envisager une consultation plus complète et plus large afin que toutes les contributions puissent être présentées.

Les mesures de santé publique concernant les boissons énergisantes devraient reposer sur des données scientifiques, des données probantes solides et l'éducation des consommateurs. Comprendre comment les éléments et ingrédients d'aliments et de boissons comme les boissons énergisantes peuvent interagir avec d'autres facteurs, y compris certains médicaments, est important dans la prise de décision.

Une avenue plus constructive consisterait en une conversation et une campagne de sensibilisation sur les boissons énergisantes, la caféine et la façon de lire et d'utiliser les étiquettes des aliments supplémentés, plutôt qu'à créer une restriction provinciale distincte sur les ventes qui s'écarte du cadre réglementaire de Santé Canada, fondé sur la science. Une initiative d'éducation visant les jeunes pourrait aider les parents, les éducateurs, les détaillants et les jeunes eux-mêmes à comprendre ce que sont les boissons énergisantes, comment elles sont étiquetées, ce que signifient les mises en garde de Santé Canada, et à faire des choix éclairés.

**Recommandation 1 :** Abroger le projet de loi 9 et amorcer une discussion collective sur les boissons énergisantes, puis s'engager à mener une campagne d'éducation pour favoriser une consommation sécuritaire et des choix éclairés; cette démarche englobe également les recommandations 2 et 3.

**Recommandation 2 :** Consulter Santé Canada afin de comprendre comment la réglementation des boissons énergisantes au Canada a été élaborée dans le cadre des aliments supplémentés, comment cette réglementation protège les gens et quelles sont les exigences sur le plan de la définition et des limites de caféine.

Dans sa forme actuelle, le projet de loi 9 présente plusieurs écarts par rapport à la réglementation sur les aliments supplémentés basée sur la science et établie par Santé Canada. La définition proposée des boissons énergisantes diffère à plusieurs égards – et de manière importante – du cadre de Santé Canada applicable aux aliments supplémentés, prévu à la partie B, titre 29 du *Règlement sur les aliments et drogues*. Cela comprend la définition des aliments supplémentés comme des aliments préemballés contenant des ingrédients supplémentaires.

**Il faut veiller à harmoniser toute réglementation additionnelle avec les règles énoncées dans la Liste des ingrédients supplémentaires autorisés, où la partie IV C.1 encadre l'utilisation de la caféine. Un décalage entre le gouvernement du Québec et le cadre réglementaire scientifiquement rigoureux de Santé Canada, y compris l'étiquetage de la caféine, créerait de la confusion pour les consommateurs et des défis opérationnels pour les détaillants.**

Dans ce contexte, la réglementation fédérale sur les aliments supplémentés fournit des éléments d'étiquetage uniformes que les consommateurs et les détaillants peuvent facilement reconnaître. Toute dérogation ou création d'une nouvelle définition pourrait amener une personne à tenter, sans le savoir, d'acheter ou de vendre un produit que le Québec considérerait comme une boisson énergisante, mais que Santé Canada ne considérerait pas ainsi.

**Recommandation 3 :** Mener une consultation complète auprès de toutes les parties prenantes, y compris les consommateurs, les experts scientifiques, les pharmaciens, les médecins, les éducateurs, les détaillants (incluant le commerce électronique), les restaurateurs et les fabricants, afin d'obtenir une perspective globale sur cette question. Le projet de loi proposé pourrait avoir d'importantes conséquences imprévues sur des adultes qui souhaitent acheter des boissons énergisantes en ligne. De plus, des questions demeurent quant aux mesures additionnelles pour assurer l'application de la loi et au fardeau de conformité pour les détaillants.

Note sur la consultation : La période de consultation accordée au projet de loi 9 ne permet pas une discussion approfondie, la présentation d'analyses scientifiques détaillées et d'opinions scientifiques, la sollicitation d'avis d'experts, la collecte de nouvelles données nécessaires ni l'examen de questions importantes auprès de toutes les parties concernées. Nous avons relevé certains aspects du projet de loi qui manquent de précision. Ce manque de précision crée un risque d'interprétation incohérente et d'application arbitraire chez les détaillants, selon les régions, les canaux et les inspecteurs. Cela illustre les conséquences concrètes d'une loi rédigée à la hâte, pouvant entraîner des obligations peu claires, une application inégale et des charges de conformité évitables pour les entreprises et les travailleurs.

## **Introduction**

L'Association canadienne des boissons (ACB) accueille favorablement l'occasion de formuler des commentaires sur le projet de loi 9, *Loi visant à prévenir les effets nocifs de la boisson énergisante sur la santé des jeunes*. L'ACB partage l'objectif d'assurer la sécurité des jeunes et de bien les informer. Des mesures de protection considérables s'appliquent déjà à tous les produits préemballés vendus au Canada, y compris les boissons énergisantes. Nos membres s'engagent à offrir un étiquetage clair des produits et des communications responsables, et interdisent la publicité ciblant les enfants ainsi que les ventes dans les écoles primaires et secondaires, comme le prévoit le Code de commercialisation des boissons énergisante de l'ACB depuis plus d'une décennie.

Une politique publique solide visant à imposer des restrictions de vente devrait reposer uniquement sur la science et des données probantes robustes. Dans l'important dossier en cause, des autorités sanitaires respectées de partout dans le monde, comme Santé Canada, ont évalué la sécurité des boissons énergisantes, y compris pour les personnes de moins de 16 ans, au moyen d'un examen scientifique rigoureux.

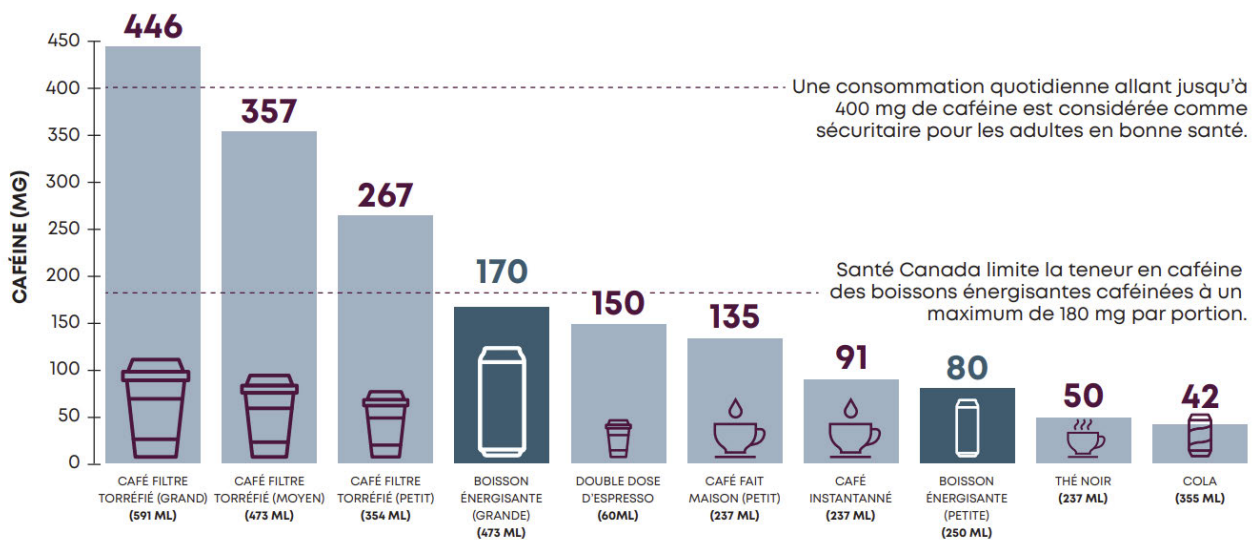
### Un cadre réglementaire solide existe déjà

En 2022, à la suite d'un examen scientifique approfondi, Santé Canada a modifié le *Règlement sur les aliments et drogues* afin de renforcer l'encadrement réglementaire des produits appelés « aliments supplémentés ».

**Les aliments supplémentés sont des aliments préemballés auxquels on a ajouté des ingrédients supplémentaires à des fins autres que la nutrition essentielle normale. Ils comprennent des barres et des boissons contenant des vitamines et minéraux ajoutés, ainsi que certains produits contenant de la caféine ajoutée, comme les boissons énergisantes caféinées.**

Ce cadre réglementaire prévoit que les boissons énergisantes caféinées peuvent contenir une concentration maximale de 400 mg/L de caféine, avec une limite de 180 mg par portion, ce qui est inférieur à la quantité de caféine présente dans un petit café filtre torréfié. Malgré cette limite, la plupart des boissons énergisantes contiennent environ 80 mg/250 ml.

### Teneur en caféine de certaines boissons populaires



De plus, conformément à la réglementation de Santé Canada sur les aliments supplémentés, les boissons énergisantes doivent respecter des exigences rigoureuses en matière d'étiquetage, de formulation et de commercialisation.

Santé Canada exige que toutes les boissons énergisantes portent les mentions suivantes :

- « Teneur élevée en caféine »

- Un tableau de la valeur nutritive des aliments supplémentés indiquant la quantité de caféine par portion
- Un identificateur de mise en garde pour aliments supplémentés sur l'étiquette avant
- Des mises en garde, notamment : « Non recommandé pour les personnes de moins de 14 ans, les femmes enceintes ou qui allaitent, ni les personnes sensibles à la caféine »
- Le nombre maximal de portions du produit pouvant être consommées dans une journée sans dépasser l'apport quotidien maximal recommandé de 400 ppm de caféine établi par Santé Canada.



Figure 1. Image de Santé Canada illustrant les exigences d'étiquetage imposées par la réglementation fédérale sur les aliments supplémentés.

Il existe également des restrictions quant aux allégations nutritionnelles et de santé que ces produits peuvent faire, ainsi qu'au contenu d'ingrédients perçus comme « plus sains », comme les fruits et les jus de fruits. Cela garantit que les consommateurs comprennent clairement ce que contient le produit, ce qui leur permet de décider s'il leur convient.

En plus de ces exigences légales, les entreprises de boissons énergisantes respectent également le Code de commercialisation des boissons énergisantes de l'ACB, en vertu duquel elles s'engagent à ne pas fournir d'échantillons de boissons énergisantes aux enfants, à ne pas vendre de boissons énergisantes dans les écoles primaires ou secondaires, à ne pas parrainer d'événements au nom de boissons énergisantes lorsque les enfants constituent le public principal, et à ne pas faire de publicité pour les boissons énergisantes dans des contenus (télé, radio, imprimés ou numériques) dont le public cible principal est composé d'enfants. Le Code comprend également des engagements à déployer des efforts proactifs pour fournir aux consommateurs de l'information sur les ingrédients des boissons énergisantes, la quantité de caféine qu'elles contiennent par rapport à d'autres boissons caféinées, ainsi que d'autres caractéristiques des boissons énergisantes, conformément aux orientations de Santé Canada sur la caféine dans les aliments.

## La science est claire

### Les boissons énergisantes sont sécuritaires

Les boissons énergisantes sont offertes au Canada depuis plus de 20 ans. Ces produits sont consommés et appréciés en toute sécurité par les consommateurs chaque jour. La sécurité des boissons énergisantes et de leurs ingrédients a été évaluée et confirmée par plusieurs autorités de santé, notamment Santé Canada, Food Standards Australia New Zealand (FSANZ) et l'Autorité européenne de sécurité des aliments (EFSA). Ces évaluations ont constamment conclu que les boissons énergisantes sont sécuritaires et qu'aucune restriction d'âge ni limitation de leur vente n'est justifiée (FSANZ, 2026; Santé Canada, 2013; La Vielle et coll., 2021; EFSA, 2015).

**L'évaluation la plus récente de Santé Canada, publiée en 2021 au sujet de la caféine, confirme que l'approche actuelle de gestion des risques applicable aux boissons énergisantes convient aux consommateurs canadiens, compte tenu des effets de la caféine selon les groupes d'âge, y compris le potentiel d'effets cardiovasculaires.**

Cette évaluation a conclu que la consommation de jusqu'à 500 mL par jour d'une boisson énergisante typique autorisée à la vente au Canada est sécuritaire pour la population générale d'adultes et d'adolescents en bonne santé et n'est pas associée à un risque accru d'effets cardiovasculaires (La Vielle et coll., 2021).

**Le Comité consultatif québécois sur les boissons énergisantes, mis sur pied par le gouvernement du Québec, a confirmé que « les données existantes sur le lien entre la consommation de boissons énergisantes et les effets sur la santé sont fragmentaires » et que « les experts ne peuvent établir de relation directe de cause à effet » entre les boissons énergisantes et les effets sur la santé.**

### Ingrédients additionnels

Parmi les ingrédients courants des boissons énergisantes grand public, on trouve la caféine, des acides aminés comme la taurine, des vitamines, des glucides, la glucuronolactone, le guarana, des extraits de café ou de thé et le ginseng; des édulcorants faibles en calories ou sans calories peuvent être utilisés dans les versions faibles en calories ou sans calories. Ces ingrédients sont courants dans de nombreux aliments et autres boissons et ont été consommés sous une variété de formes. Par exemple, la taurine est un acide aminé naturellement présent dans le corps humain; on la trouve également dans les fruits de mer, la volaille et les préparations pour nourrissons. Ce n'est pas un stimulant et elle ne renforce pas les effets de la caféine ni n'interagit avec eux, comme l'ont confirmé l'EFSA et d'autres autorités sanitaires.

**Les boissons énergisantes et leurs ingrédients ont été étudiés et reconnus à maintes reprises comme étant sûrs pour la consommation (individuellement et en combinaison) dans leurs conditions d'utilisation approuvées par les organismes de réglementation du monde entier, notamment l'Autorité européenne de sécurité des aliments (EFSA), Santé Canada, la Food and Drug Administration (FDA) des États-Unis et la Food Standards Australia New Zealand (FSANZ), entre autres.**

*L'absorption de la caféine provenant des boissons énergisantes est semblable à celle d'autres sources alimentaires*

Chez les adolescents, l'élimination de la caféine est vraisemblablement au moins équivalente à celle des adultes (Turnbull et coll., 2016).

**Santé Canada a fait preuve de prudence dans ses recommandations relatives à l'apport maximal pour les adolescents en utilisant les mêmes niveaux d'apport que pour les enfants (Gouvernement du Canada, 2025; La Vielle et coll., 2021; Rotstein et coll., 2013).**

De plus, l'évaluation des risques pour la santé menée par Santé Canada a conclu qu'il n'existait « aucune raison de sécurité convaincante de suggérer que les adolescents plus âgés et plus lourds ne puissent consommer que 2,5 mg/kg p.c./jour de caféine, alors que les adultes peuvent en consommer 6 mg/kg p.c./jour (l'équivalent de 400 mg/jour) » (La Vielle et coll., 2021). La FSANZ a également confirmé récemment que 3 mg/kg constituait un niveau de consommation sécuritaire pour les personnes de moins de 18 ans (FSANZ, 2026), ce qui est moins conservateur que la recommandation de Santé Canada.

En outre, qu'elle soit consommée chaude (café) ou froide (boisson énergisante), rapidement (2 min) ou lentement (20 min), les taux circulants de caféine sont les mêmes pour une même quantité de caféine consommée (White et coll., 2016).

**Étant donné que l'absorption de la caféine ne diffère pas dans le cas des boissons énergisantes (comparativement au café), réglementer une seule source de caféine aurait un impact limité et ne reposerait pas sur des données scientifiques.**

#### **Faible consommation de boissons énergisantes chez les jeunes**

Des recherches menées au Québec et ailleurs ont confirmé que les boissons énergisantes ne constituent pas la principale source d'apport en caféine chez les adolescents et que les niveaux général de consommation de boissons énergisantes chez les adolescents demeurent faibles.

- Le Comité consultatif québécois sur les boissons énergisantes, mis sur pied par le gouvernement du Québec, indique que seulement 8 % des adolescents de 15 à 17 ans consommaient une boisson énergisante par semaine et que « les trois quarts d'entre eux ne boivent jamais de boissons énergisantes ».
- L'Enquête québécoise sur la santé des élèves du secondaire indique que seulement 1 % des élèves du secondaire du Québec consomment des boissons énergisantes chaque jour, comparativement à 3,2 % pour les cafés aromatisés et les thés glacés, qui contiennent souvent davantage de caféine (Institut de la statistique du Québec, 2024).
- Cela concorde avec un sondage réalisé par Ipsos au Québec, selon lequel seulement 27 % des adolescents de 13 à 18 ans ont indiqué avoir consommé une boisson énergisante au cours des trois derniers mois, tandis qu'environ la moitié ont déclaré avoir bu un café (Ipsos, 2020).
- De façon similaire, pour une journée donnée, 63 % des adolescents américains de 13 à 17 ans ont déclaré avoir bu du café la veille, contre 9,4 % pour les boissons énergisantes (Mitchell et coll., 2025). Fait important, les adolescents de 13 à 17 ans ont consommé en moyenne 159,5 mg de caféine par jour — 91 mg provenant du café, 36 mg des boissons gazeuses, 13 mg du thé et

18 mg des boissons énergisantes — ce qui signifie que 140 mg des 159,5 mg de caféine consommés quotidiennement par les adolescents, soit 89 %, proviennent du café, du thé et des boissons gazeuses.

Une restriction des ventes à l'échelle du Québec visant uniquement les boissons énergisantes n'améliorerait pas la compréhension du cadre existant des aliments supplémentés. Elle ne permettrait pas non plus de tenir compte des habitudes générales de consommation chez les jeunes.

**Une approche plus efficace consisterait à aider les jeunes, les parents, les éducateurs, les détaillants et les professionnels de la santé à mieux comprendre ce que sont les boissons énergisantes, comment elles sont réglementées, ce que signifient les étiquettes obligatoires et comment les mises en garde de Santé Canada doivent être utilisées dans la prise de décisions au quotidien.**

### **Protéger les consommateurs**

Divers médicaments sur ordonnance peuvent interagir avec des aliments ou boissons, y compris certains produits qui contiennent de la caféine ou d'autres ingrédients. Le cas échéant, il incombe légalement aux fabricants de médicaments et aux professionnels de la santé d'informer les patients des risques associés à leurs médicaments d'ordonnance. À cet égard, l'ACB accueille favorablement l'initiative de l'Ordre des pharmaciens du Québec visant à élaborer un document d'information supplémentaire pour informer les patients qui prennent des médicaments sur ordonnance pour le TDAH des risques associés à leur médication.

Comme mentionné précédemment, la réglementation existante de Santé Canada prévoit déjà que l'emballage des boissons énergisantes caféinées doit comprendre une mise en garde précisant clairement que les boissons énergisantes ne sont « pas recommandées pour [...] les personnes sensibles à la caféine » et qu'elles ont une « teneur élevée en caféine ». Les consommateurs disposent donc de l'information nécessaire pour prendre des décisions éclairées en fonction de leur propre état de santé.

### **Conclusion**

La science est claire : il n'existe aucun fondement scientifique pour justifier le projet de loi 9 et l'interdiction de vendre des boissons énergisantes aux personnes de moins de 16 ans. L'ACB invite le gouvernement du Québec à échanger avec des experts qui évaluent la sécurité des boissons énergisantes depuis des décennies et avec des organismes de réglementation de premier plan comme Santé Canada afin d'éclairer davantage ses travaux sur cette importante question. L'ACB demeure déterminée à assurer la sécurité des jeunes et à les informer, et elle reste disponible pour collaborer avec le gouvernement. Nous remercions les élus de l'Assemblée nationale du Québec de l'occasion de présenter nos commentaires, et nous sommes convaincus que les éléments factuels partagés aideront le gouvernement à mener une évaluation rigoureuse des boissons énergisantes.

Veillez agréer nos salutations distinguées,

**Mark Dekker PhD**

Vice-président, Durabilité, affaires scientifiques et réglementaires  
Association canadienne des boissons

## Références

Association canadienne des boissons (ACB). 2026. Code de commercialisation des boissons énergisantes. Disponible à : <https://canadianbeverage.ca/wp-content/uploads/2025/10/CBA-Energy-drinks-Code-2024.pdf>. Consulté le : 8 juin 2026.

Autorité européenne de sécurité des aliments (EFSA). 2015. Avis scientifique sur l'innocuité de la caféine. EFSA Journal; 13(5): 4102. DOI :<https://doi.org/10.2903/j.efsa.2015.4102>

Food Standards Australia New Zealand (FSANZ). 2026. Document d'appui 1 – Évaluation de l'innocuité de la caféine. Disponible à : [https://www.foodstandards.gov.au/sites/default/files/2026-03/P1056\\_SD1%20Safety%20Assessment%20at%20Approval.pdf](https://www.foodstandards.gov.au/sites/default/files/2026-03/P1056_SD1%20Safety%20Assessment%20at%20Approval.pdf). Consulté le : 2 juin 2026.

Gouvernement du Canada. 2025. La caféine dans les aliments. Disponible à : <https://www.canada.ca/en/health-canada/services/food-nutrition/food-safety/food-additives/caffeine-foods.html>. Consulté le : 2 juin 2026.

Institut national de santé publique du Québec (INSPQ). 2020. La consommation des autres aliments et des boissons chez les Québécois. Disponible à : <https://www.inspq.qc.ca/en/node/20757>. Consulté le : 2 juin 2026.

La Vielle, S., Gillespie, Z., Bonvalot, Y., Benkhedda, K., Grinberg, N., Rotstein, J., Barber, J., Krahn, A.D. 2021. Boissons énergisantes caféinées dans le contexte canadien : évaluation des risques pour la santé axée sur les effets cardiovasculaires. Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism; 46(9). doi : <https://doi.org/10.1139/apnm-2021-0245>

Mitchell, D.C., Trout, M., Smith, R., Teplansky, R., Lieberman, H.R. 2025. Mise à jour des habitudes de consommation de boissons et des apports en caféine dans un échantillon représentatif de la population américaine. Food and Chemical Toxicology; 196: 115237. DOI : [10.1016/j.fct.2025.115237](https://doi.org/10.1016/j.fct.2025.115237)

Turnbull D, Rodricks JV et Mariano GF (2016) Identification et caractérisation des dangers neurocomportementaux liés à la caféine. Regulatory Toxicology and Pharmacology 74: 81-92

Rotstein, J., Barber, J., Strowbridge, C., Hayward, S., Huang, R., Godefroy, S. 2013. Boissons énergisantes : évaluation des risques potentiels pour la santé dans le contexte canadien. International Food Risk Analysis Journal; 3:1. Disponible à : [https://www.researchgate.net/publication/273689055\\_Energy\\_Drinks\\_An\\_Assessment\\_of\\_the\\_Potential\\_Health\\_Risks\\_in\\_the\\_Canadian\\_Context](https://www.researchgate.net/publication/273689055_Energy_Drinks_An_Assessment_of_the_Potential_Health_Risks_in_the_Canadian_Context). Consulté le : 2 juin 2026.

Québec Santé Services Sociaux. Synthèse du rapport du Comité consultatif sur les boissons énergisantes. Disponible à : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2026/26-289-01W.pdf>. Consulté le : 8 juin 2026.

Institut de la statistique du Québec. 2024. La santé des jeunes du secondaire en 2022-2023. Disponible à : <https://statistique.quebec.ca/fr/document/sante-jeunes-secondaire-2022-2023>. Accessed on: June 8, 2026.

Ipsos. 2020. Consommation de boissons énergisantes caféinées chez les jeunes du Québec. (Sondage mené par Ipsos pour l'ACB auprès de 1 335 Québécois âgés de 13 à 18 ans. Disponible sur demande.)

White Jr., J.R., Padowski, J.M., Zhong, Y., Chen, G., Luo, S., Lazarus, P., Layton, M.E., McPherson, S. 2016. Analyse pharmacocinétique et comparaison de la caféine administrée rapidement ou lentement dans du café chaud ou réfrigéré par rapport à une boisson énergisante réfrigérée chez de jeunes adultes en bonne santé. *Clinical Toxicology*; 54(4): 308-312. doi : [10.3109/15563650.2016.1146740](https://doi.org/10.3109/15563650.2016.1146740)