

# L'Anses met en garde contre la consommation de compléments alimentaires pouvant perturber la réponse immunitaire



Actualité du 17/04/2020

Certaines plantes contenues dans les compléments alimentaires peuvent perturber les défenses naturelles de l'organisme en interférant notamment avec les mécanismes de défense inflammatoires utiles pour lutter contre les infections et, en particulier, contre le COVID-19. Les plantes visées par l'avis de l'Anses sont : le saule, la reine des prés, l'harpagophytum, le curcuma, les échinacées, le bouleau, le peuplier, la réglisse...

## Des compléments alimentaires composés de plantes avec des propriétés anti-inflammatoires

Certains compléments alimentaires contiennent des plantes possédant des propriétés anti-inflammatoires susceptibles d'agir comme les anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS). Ces plantes sont susceptibles de perturber les défenses naturelles de l'organisme utiles pour lutter contre les infections et, en particulier, contre le COVID-19. Aussi, au regard de l'évolution épidémique du COVID-19, l'Anses s'est autosaisie sur les risques liés à la consommation des compléments alimentaires contenant des plantes pouvant interférer avec la réponse immunitaire et inflammatoire, utile pour lutter contre l'infection par le coronavirus SARS-CoV-2.

Un Groupe d'expertise collective d'urgence a été constitué et a passé en revue les données scientifiques les plus récentes sur les mécanismes immunomodulateurs et anti-inflammatoires des plantes et leur capacité à perturber la réponse immunitaire lors des infections. Par ailleurs, des dispositions ont été prises par l'Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé pour sécuriser l'utilisation des médicaments contenant du paracétamol ou des anti-inflammatoires non stéroïdiens, notamment en les retirant de la présentation en libre accès dans les pharmacies.

## Des plantes qui perturbent la réponse immunitaire

Plusieurs plantes ont été identifiées comme présentant des effets contre-productifs dans la défense contre le coronavirus. Il s'agit des plantes contenant des dérivés de l'acide salicylique (analogues de l'aspirine), telles que le saule, la reine des prés, le bouleau, le peuplier, la verge d'or, les polygalas mais aussi des plantes contenant d'autres anti-inflammatoires végétaux, telles que l'harpagophytum, les échinacées, le curcuma, la griffe du chat (appelée aussi liane du Pérou), les plantes des genres *Boswellia* et *Commiphora* (connues pour leurs gommés-oléorésines appelées respectivement « encens » et « myrrhe »).

Bien que le niveau de connaissances disponibles soit inégal pour ces différentes plantes, les experts de l'Anses estiment qu'elles sont toutes susceptibles de perturber la réponse immunitaire et la réaction inflammatoire bénéfique développée par l'organisme au début des infections. Ils rappellent qu'une inflammation ne doit être combattue que lorsque celle-ci devient excessive.

Compte tenu de ces travaux d'expertise, l'Anses recommande :

aux personnes consommant ces compléments alimentaires dans un but préventif de suspendre immédiatement la consommation de compléments alimentaires contenant ces plantes dès l'apparition des premiers symptômes du COVID-19 ;

aux personnes consommant ces compléments alimentaires dans le contexte de pathologies inflammatoires chroniques de discuter impérativement avec leur médecin de la pertinence de poursuivre ou non leur consommation.

## EN SAVOIR PLUS

**[AVIS de l'Anses relatif à l'évaluation des risques liés à la consommation de compléments alimentaires contenant des plantes pouvant interférer avec la réponse immunitaire et inflammatoire associée à l'infection par le SARS-Cov-2](#)**