

Synthèse du rapport du Comité consultatif sur les boissons énergisantes

Juin 2026

Cette publication fait état des principaux éléments recommandés par les membres du Comité consultatif sur les boissons énergisantes en septembre 2023. Il est à noter que ce comité ne s'est pas penché sur l'interaction entre les boissons énergisantes et certains médicaments.

ÉDITION

Cette publication a été réalisée par le Sous-ministériat à la prévention et santé publique en collaboration avec la Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux.

Le présent document est disponible uniquement en version électronique à l'adresse : publications.msss.gouv.qc.ca.

Pour plus d'information : Quebec.ca/gouv/santé-services-sociaux

Dépôt légal – 2026

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

ISBN 978-2-555-03597-3 (version PDF)

Tous droits réservés pour tous pays. La reproduction, par quelque procédé que ce soit, la traduction ou la diffusion de ce document, même partielles, sont interdites sans l'autorisation préalable des Publications du Québec. Cependant, la reproduction de ce document ou son utilisation à des fins personnelles, d'étude privée ou de recherche scientifique, mais non commerciales, sont permises à condition d'en mentionner la source.

© Gouvernement du Québec, 2026

MOT DE LA DIRECTRICE NATIONALE DE SANTÉ PUBLIQUE



La popularité croissante des boissons énergisantes suscite de vives préoccupations quant aux effets possibles de leur consommation sur la santé, particulièrement la santé des jeunes. Ces produits, attrayants et largement accessibles, peuvent comporter des risques qui méritent une attention particulière. Cet enjeu émergent requiert que l'on accroisse nos connaissances quant aux risques associés à la consommation de ces boissons et que l'on définisse les actions pouvant être mises en place pour mieux les prévenir.

C'est dans cette perspective que plusieurs actions ont été mises en œuvre afin de documenter, de surveiller et de sensibiliser la population aux enjeux liés à la consommation de boissons énergisantes. Ces mesures s'inscrivent dans une approche préventive qui s'appuie sur l'information, la sensibilisation et la mobilisation des partenaires concernés. Elles visent à mieux faire connaître les risques associés à ces produits et à soutenir des choix éclairés, en particulier chez les jeunes et leur entourage.

Parmi les actions en cours ou à venir, soulignons notamment :

- la mise en ligne d'une page Web consacrée aux boissons énergisantes sur le site Québec.ca, afin d'informer la population des risques associés à leur consommation;
- l'élaboration d'un plan de communication visant à sensibiliser et à informer les jeunes et leur entourage, notamment par l'entremise de publications sur les médias sociaux, d'affiches, de balados et d'autres outils adaptés;
- la réalisation de mandats confiés à des équipes de recherche afin de documenter divers enjeux liés aux boissons énergisantes;
- la surveillance continue de la consommation de boissons énergisantes ainsi que la diffusion de données pour informer la population et soutenir la prise de décision;
- le rapprochement avec différents partenaires, dont l'Ordre des pharmaciens du Québec, afin de les sensibiliser aux risques d'interactions possibles entre certains médicaments psychoactifs et la caféine.

Ces actions témoignent de notre engagement à agir de manière concertée et proactive pour prévenir les risques associés à la consommation de boissons énergisantes et contribuer à la protection de la santé de la population québécoise, aujourd'hui et pour les années à venir.

Caroline Quach-Thanh

Directrice nationale de santé publique et sous-ministre adjointe

Table des matières

INTRODUCTION	1
Contexte	1
Problématique entourant la consommation de boissons énergisantes chez les jeunes	1
Comité consultatif et constats	4
RÉSUMÉ DES RECOMMANDATIONS DU COMITÉ CONSULTATIF	5
INTERDICTION DE VENTE AUX PERSONNES MINEURES	5
INTERDICTION DE VENTE DANS DES LIEUX SPÉCIFIQUES ET ENCADREMENT DES CONDITIONS D'ÉTALAGE RELATIVES À LA VISIBILITÉ DANS LES ENDROITS OÙ LA VENTE EST PERMISE	5
ENCADREMENT DE L'EMBALLAGE ET DES CONDITIONS D'ÉTALAGE DANS LES ENDROITS STRATÉGIQUES	5
INTERDICTION DE CERTAINES PRATIQUES PROMOTIONNELLES	6
ENCADREMENT DU PRIX DE VENTE.....	6
CONCLUSION.....	7
BIBLIOGRAPHIE	8

INTRODUCTION

Le présent document est une synthèse du rapport du comité consultatif et offre un survol des recommandations proposées visant à protéger la santé des jeunes des risques de la consommation de boissons énergisantes, selon l'état des connaissances en 2023.

Contexte

Les boissons énergisantes sont généralement définies comme des boissons au goût sucré, à base d'eau et à teneur élevée en caféine, contenant un éventail unique d'ingrédients (p. ex. : vitamines, composants bioactifs) et portant la plupart du temps des allégations santé sur leur capacité à rétablir l'énergie et la vigilance^{1, 2}. Les boissons énergisantes sont particulièrement préoccupantes pour la santé des jeunes en raison de leur composition, de leur promotion, de leur disponibilité et des conditions dans lesquelles elles sont consommées.

Bien que les données existantes sur le lien entre la consommation de boissons énergisantes et les effets sur la santé soient fragmentaires et que les experts et expertes ne puissent établir un lien direct de cause à effet, un consensus émerge, voulant que leur consommation ne soit pas sans risque.

Problématique entourant la consommation de boissons énergisantes chez les jeunes

- Les boissons énergisantes se distinguent d'autres boissons caféinées comme le café et le thé, entre autres, par leur goût sucré, l'absence d'amertume et le fait qu'elles se consomment froides, faisant en sorte qu'elles peuvent être ingérées en grande quantité et en peu de temps.
- Selon un récent sondage, la majorité des adolescents et des adolescentes et des jeunes adultes ont déjà consommé des boissons énergisantes. Près des trois quarts d'entre eux avaient 17 ans ou moins lorsqu'ils en ont bu pour la première fois³.
- En 2020-2021, la consommation de boissons énergisantes, à raison d'une fois par semaine ou plus, était plus fréquente chez les adultes âgés de 18 à 24 ans (13 %) et de 25 à 34 ans (12 %) que chez les autres groupes d'âge. Chez les adolescentes et adolescents âgés de 15 à 17 ans, cette proportion se situait à près de 8 %. Les trois quarts d'entre eux ne consommaient jamais de boissons énergisantes⁴.
- La quantité de boissons énergisantes consommée au cours d'une même occasion est peu documentée au Québec. Néanmoins, selon un sondage, la plupart des adolescents et des adolescentes et des jeunes adultes affirment en consommer une seule canette à la fois³.
- La consommation simultanée d'alcool et de boissons énergisantes est une pratique observée chez certains adolescents, adolescentes et jeunes adultes^{3, 5}. Les boissons énergisantes sont particulièrement populaires chez ceux qui consomment davantage d'alcool, de produits du tabac et de drogue^{6, 7, 8, 9, 10, 11, 12}.

Effets sur la santé

- La teneur en caféine d'une seule canette de boisson énergisante peut dépasser la quantité maximale recommandée pour les enfants, les adolescents et les adolescentes.
- Un apport en caféine supérieur aux limites recommandées peut entraîner l'apparition d'effets indésirables tels que de l'insomnie, des maux de tête, de l'irritabilité, de la nervosité, de l'anxiété, un rythme cardiaque rapide ou anormal, de la déshydratation et une dépendance^{13, 14}.
- Bien qu'il y ait un manque de données probantes à ce sujet, il est possible que les jeunes soient plus à risque d'effets secondaires à la suite de la consommation de boissons énergisantes que les adultes, puisqu'ils seraient plus exposés à des ingrédients stimulants comme la caféine par kilogramme de poids corporel^{7, 15}.
- La consommation de boissons énergisantes est un phénomène relativement récent, et peu d'études ont examiné leurs effets sur la santé¹⁶, notamment celle des jeunes. La prudence est néanmoins recommandée. Plusieurs expertes et experts issus d'organisations telles que l'*American Academy of Pediatrics* et le groupe d'experts mandaté par Santé Canada en 2010 déconseillent la consommation de boissons énergisantes chez les jeunes^{17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28}.
- Chez les adultes en bonne santé, les boissons énergisantes semblent présenter peu de risques pour la santé, si elles sont consommées occasionnellement et en quantité modérée^{15, 17, 29, 30, 31}.
- Selon les revues d'études cliniques recensées^a, la consommation de boissons énergisantes augmenterait la tension artérielle, le risque d'insomnie et d'agitation ainsi que certains paramètres cardiovasculaires^{1, 15, 29, 29, 32}.
- Quelques cas d'effets secondaires, dont certains graves, allant jusqu'au décès, ont été associés à la consommation de boissons énergisantes, entre autres par le Bureau du coronar du Québec. Bien que les experts et expertes ne puissent établir un lien direct de cause à effet, un consensus émerge, voulant que la consommation de boissons énergisantes ne soit pas sans risque^{15, 33, 34}.
- La majorité des cas où des effets néfastes sur la santé ont été rapportés à la suite de la consommation de boissons énergisantes comportaient des problèmes cardiovasculaires (p. ex. : douleur thoracique, infarctus, arythmie, vasospasme, dissection aortique), neurologiques (p. ex. : convulsions, agitation, comportement agressif) ou psychocomportementaux (p. ex. : anxiété, psychose, hallucinations)^{15, 33}.
- Ces effets secondaires sont souvent observés à la suite de l'ingestion de grandes quantités de boissons énergisantes et dans certains contextes de consommation, par exemple lors de la pratique d'activité physique ou en combinaison avec de l'alcool, particulièrement chez les jeunes et les personnes qui présentent d'autres facteurs prédisposants tels que des conditions cardiaques ou génétiques préexistantes^{15, 33, 34}.

^a Une revue d'études cliniques est une recension d'études présentant les résultats d'une intervention (consommation de boissons énergisantes) menée auprès de participants et de participantes, dans un contexte défini, pour étudier l'effet des boissons énergisantes sur des paramètres de santé.

Commercialisation des boissons énergisantes

- Au Canada, les ventes de boissons énergisantes sont en croissance et se chiffraient à plus de 736 millions \$ en 2021.
- Les boissons énergisantes sont faciles d'accès et disponibles dans de nombreux points de vente (p. ex. : dépanneurs, stations-service, épiceries, pharmacies, distributrices automatiques) à côté des boissons sucrées conventionnelles (p. ex. : boissons gazeuses, boissons aux fruits, boissons pour sportifs) avec lesquelles elles peuvent être confondues.
- Les boissons énergisantes font l'objet d'un marketing massif qui encourage leur usage quotidien et peut banaliser leur consommation dans plusieurs contextes comme lors de la pratique d'activité physique ou en combinaison avec de l'alcool, des conditions dans lesquelles des effets néfastes sur la santé ont été observés^{6, 35, 36}.
- Étant sensibles aux messages véhiculés par les stratégies et pratiques de commercialisation, les jeunes sont particulièrement vulnérables au marketing des boissons énergisantes, auquel ils sont hautement exposés.

Limites de l'encadrement des boissons énergisantes

Les exigences prévues dans le *Règlement sur les aliments supplémentés*^{37, 38} apparaissent insuffisantes pour réellement protéger la santé des Canadiens et des Canadiennes, particulièrement celle des jeunes. Voici quelques exemples :

- la teneur maximale en caféine de 180 mg permise par portion de boissons énergisantes excède l'apport quotidien maximal de caféine recommandé pour les enfants de 12 ans et moins, et peut excéder l'apport quotidien maximal pour les jeunes âgés de moins de 18 ans;
- aucune mise en garde s'adressant particulièrement aux jeunes de 14 à 17 ans ni d'avertissement relatif au mélange des boissons énergisantes avec de l'alcool et à leur consommation en contexte d'activité physique n'est exigée;
- il n'y a pas d'interdiction relative aux pratiques de commercialisation et à la distribution d'échantillons gratuits des boissons énergisantes auprès des jeunes;
- les pratiques de commercialisation associant les boissons énergisantes à des produits alcoolisés ne sont pas réglementées.

Bien qu'en comparaison avec les autres provinces canadiennes, les enfants québécois soient moins exposés à des publicités alimentaires, il n'en demeure pas moins que l'application des articles 248 et 249 de la *Loi sur la protection du consommateur* (Chapitre P-40.1) pourrait faire l'objet d'une plus grande surveillance^{39, 40}.

Par ailleurs, les processus canadiens et québécois permettant de déclarer des effets indésirables consécutifs à la consommation de boissons énergisantes comportent plusieurs lacunes, engendrant une sous-estimation des incidents et empêchant la vigie et la documentation des risques pour la santé associés à leur consommation.

Comité consultatif et constats

À l'automne 2019, la ministre de la Santé et des Services sociaux de l'époque, madame Danielle McCann, a mandaté la Direction générale de la santé publique du ministère de la Santé et des Services sociaux pour mettre sur pied un comité consultatif sur les boissons énergisantes dans le but d'étudier certaines mesures visant à protéger la santé des jeunes.

Ce comité avait pour mandat :

- d'analyser, sur la base de certains critères (efficacité, faisabilité, acceptabilité, etc.), les effets sur la santé de mesures pour restreindre l'accès aux boissons énergisantes et leur attrait afin de protéger la santé des jeunes;
- de formuler, à l'intention des autorités gouvernementales, des recommandations relatives à l'instauration de ces mesures;
- de consulter des ministères pour enrichir l'analyse des dimensions d'applicabilité (faisabilité, acceptabilité, etc.);
- de rechercher le consensus quant aux recommandations à formuler aux autorités gouvernementales.

Le comité consultatif était composé d'expertes et d'experts issus de l'Institut national de santé publique du Québec, du milieu académique et d'organisations non gouvernementales, de même que de représentantes et représentants ministériels^b. Ces derniers avaient la responsabilité d'effectuer des consultations au sein de leur organisation ou de leur réseau si cela s'avérait pertinent. Les membres du comité ont signé une entente de confidentialité au début des travaux.

Les constats du comité sont les suivants :

- les risques de la consommation de boissons énergisantes pour la santé, particulièrement chez les jeunes, reposent sur un ensemble de facteurs liés à leur composition, à leur promotion, à leur disponibilité et aux conditions dans lesquelles ces boissons sont consommées;
- par principe de précaution, le comité est d'avis qu'il est justifié de mettre en place un portefeuille de mesures agissant sur différents déterminants de la consommation de boissons énergisantes afin de réduire les risques d'effets néfastes et de protéger la santé des jeunes.

Le résumé des recommandations du comité consultatif se trouve à la section suivante.

^b Les organisations non gouvernementales consultées étaient : l'Association québécoise des médecins du sport et de l'exercice et l'Association des pédiatres du Québec. Les représentantes et représentants ministériels consultés étaient du ministère de la Santé et des Services sociaux, du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec, du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur et du Secrétariat à la Jeunesse du ministère du Conseil exécutif.

RÉSUMÉ DES RECOMMANDATIONS DU COMITÉ CONSULTATIF

INTERDICTION DE VENTE AUX PERSONNES MINEURES

Les jeunes pourraient être plus à risque d'effets secondaires à la suite de la consommation de boissons énergisantes, en plus d'être sensibles aux messages véhiculés par les stratégies de marketing utilisées par l'industrie de ces boissons^{15, 41}. Les jeunes peuvent facilement se procurer ces boissons dans de nombreux points de vente (p. ex. : dépanneurs, stations-service, épicerie, pharmacies, distributeurs automatiques) et en ligne. Le comité recommande l'interdiction de vente de boissons énergisantes aux personnes âgées de moins de 18 ans afin de réduire l'accès à ces boissons.

INTERDICTION DE VENTE DANS DES LIEUX SPÉCIFIQUES ET ENCADREMENT DES CONDITIONS D'ÉTALAGE RELATIVES À LA VISIBILITÉ DANS LES ENDROITS OÙ LA VENTE EST PERMISE

Bien que certains établissements publics (p. ex. : écoles, établissements du réseau de la santé et des services sociaux) se soient dotés de politiques alimentaires éliminant l'offre de boissons sucrées (incluant les boissons énergisantes), les jeunes ont la possibilité de se procurer des boissons énergisantes dans les commerces voisins de ces établissements. Les centres sportifs et de loisirs, de même que les bars, sont également des lieux où des boissons énergisantes peuvent être offertes. La vente de boissons énergisantes dans ces établissements peut encourager leur consommation lors d'activités physiques ou avec de l'alcool. Le comité recommande l'interdiction de vente de boissons énergisantes dans des lieux spécifiques et l'encadrement des conditions d'étalage relatives à leur visibilité dans les endroits où leur vente est permise (p. ex.: étalage nécessitant l'aide d'une personne préposée pour y avoir accès, étalage dans un endroit isolé du commerce ou distinct des autres boissons sucrées), ce qui a pour but de réduire l'accès physique à ces produits.

Le comité recommande également de mettre en place des campagnes de sensibilisation à l'intention des tenanciers et tenancières et des gestionnaires de bars de même que des responsables de centres sportifs et de loisirs afin de faire connaître les règles de conduite à adopter et les mesures pour mettre en garde leur clientèle contre les risques de la consommation simultanée de boissons énergisantes et d'alcool ou lors de la pratique d'activité physique.

ENCADREMENT DE L'EMBALLAGE ET DES CONDITIONS D'ÉTALAGE DANS LES ENDROITS STRATÉGIQUES

Le positionnement des aliments dans les magasins influence les achats des consommateurs^{42, 43}. D'ailleurs, les emplacements stratégiques, tels que les bouts d'allées, les caisses, les aires de casse-croûte et les aires de prêt-à-manger, sont souvent associés à des achats impulsifs et à une impression de rabais aux yeux des consommateurs. Le placement dans des lieux stratégiques stimulerait notamment la vente des boissons sucrées situées à ces endroits. Le comité recommande l'interdiction des étalages de boissons énergisantes dans les endroits stratégiques (p. ex. : interdiction en bouts d'allées, près des caisses et à l'entrée), ce qui a pour but de réduire l'attrait de ces produits.

L'état des connaissances dans le domaine des boissons sucrées, du tabac et de l'alcool suggère que l'affichage de mises en garde sur les emballages est une mesure efficace pour réduire l'attrait

de ces produits et sensibiliser la population aux risques associés à leur consommation^{44, 45, 46}. Des études dans le domaine du tabac et des boissons sucrées démontrent également qu'un emballage neutre, plutôt qu'un emballage où figurent des éléments de l'image de marque, augmente l'efficacité de la mise en garde⁴⁷. L'encadrement de l'emballage des boissons énergisantes pourrait donc contribuer à réduire leur consommation chez les jeunes. Le comité est d'avis que l'analyse réalisée devrait être partagée avec le gouvernement fédéral, qui détient des leviers pour agir à cet égard.

INTERDICTION DE CERTAINES PRATIQUES PROMOTIONNELLES

Les boissons énergisantes font l'objet d'un marketing massif. Les jeunes constituent le principal public cible et divers canaux et techniques de promotion sont utilisés pour les rejoindre^{35, 48, 49}. Les boissons énergisantes sont par exemple associées à des modes de vie orientés vers les sports d'action (planche à roulettes, BMX), les jeux vidéo ou la musique populaire⁸. L'impact de la réglementation canadienne et québécoise actuelle semble limité. En effet, les jeunes demeurent exposés au marketing des boissons énergisantes, qui encourage leur usage quotidien et peut banaliser leur consommation lors de la pratique d'activité physique ainsi que leur mélange avec de l'alcool, des contextes de consommation pouvant poser un risque pour la santé.

L'interdiction de certaines pratiques de promotion des boissons énergisantes, particulièrement auprès des jeunes, a pour but de réduire l'attrait des boissons énergisantes. Le comité recommande d'interdire toute forme de promotion des boissons énergisantes auprès des personnes mineures ainsi que dans les installations de loisirs et de sports. Il recommande également d'interdire toute forme de promotion associant les boissons énergisantes à des contextes de consommation déconseillés ou à risque, de même que toute forme d'association entre les représentants et représentantes de l'industrie de ce type de boissons et les différents paliers de gouvernement du Québec (p. ex. : commandite, promotion, collaboration). Par ailleurs, exiger l'ajout de mises en garde relatives à la consommation sécuritaire et responsable des boissons énergisantes dans toutes les formes de publicités concernant ces produits est également recommandé.

ENCADREMENT DU PRIX DE VENTE

Le prix est un facteur clé dans la décision d'achat de boissons énergisantes par les jeunes^{3, 50, 51}. Les pratiques de promotion par le prix (p. ex. : rabais, promotions de type deux pour le prix d'un) sur les aliments de faible valeur nutritive sont également associées à une augmentation des achats^{52, 53}. Le comité recommande l'encadrement du prix de vente des boissons énergisantes (p. ex. : fixation d'un prix minimum, analyse de la possibilité de l'instauration d'une taxe dont les revenus seraient réinvestis en prévention, encadrement des pratiques de promotion par le prix), ce qui a pour but de réduire l'accès économique aux boissons énergisantes.

CONCLUSION

Les enfants et les adolescents et adolescentes pourraient être plus à risque d'effets secondaires à la suite de la consommation de boissons énergisantes¹⁵. Les risques de la consommation de ces produits pour la santé, particulièrement chez les jeunes, reposent sur un ensemble de facteurs : la composition de ces boissons, leur promotion, leur disponibilité et les conditions dans lesquelles elles sont consommées.

Par principe de précaution, le comité est d'avis qu'il est justifié de mettre en place un portefeuille de mesures agissant sur différents déterminants de la consommation de boissons énergisantes afin de réduire les risques d'effets néfastes et de protéger la santé des jeunes. Ainsi, les recommandations issues de l'analyse des mesures à l'étude par le comité permettent d'agir sur deux principales dimensions liées à la consommation de boissons énergisantes, soit leur accessibilité (physique et économique) et leur attrait. De plus, certaines de ces recommandations ont été formulées pour réduire les risques pouvant être associés à la consommation de boissons énergisantes dans certains contextes, soit simultanément avec de l'alcool et lors de la pratique d'activité physique.

Les mesures recommandées gagneraient également à être accompagnées de campagnes de sensibilisation aux risques liés à la consommation de boissons énergisantes destinées aux jeunes et à leur entourage. Il s'agirait d'une approche efficace pour promouvoir une consommation à moindre risque de ces produits⁵⁴. Ces campagnes de sensibilisation pourraient être mises en place avant, pendant et après l'adoption de mesures structurantes, concourant ainsi à renforcer leur acceptabilité sociale.

BIBLIOGRAPHIE

- ¹ Agence canadienne d'inspection des aliments (2015). Transition des boissons énergisantes contenant de la caféine des produits de santé naturels vers des produits alimentaires au moyen de lettres d'autorisation de mise en marché temporaire [En ligne] <https://www.inspection.gc.ca/exigences-en-matiere-d-etiquetage-des-aliments/etiquetage/boissons-energisantes-contenant-de-la-cafeine/fra/1377613077840/1377613161282>, consulté le 21 septembre 2023.
- ² Santé Canada (2013). Document d'orientation particulier à une catégorie – Autorisation de mise en marché temporaire – Boissons énergisantes contenant de la caféine [En ligne] <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/aliments-nutrition/legislation-lignes-directrices/document-reference/document-orientation-categorie-autorisation-mise-marche-temporaire-boissons-energisantes-cafeine.html>.
- ³ Sondage Léger, pour le compte de l'Association pour la santé publique du Québec (2021). Consommation de boissons énergisantes : sondage auprès des 15 à 24 ans.
- ⁴ CAMIRAND, Hélène et autres (2023). Enquête québécoise sur la santé de la population 2020-2021, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, 328 p. [statistique.quebec.ca/fr/fichier/enquete-quebecoise-sante- population- 2020-2021.pdf].
- ⁵ Traoré, I., Simard, M., Camirand, H., Conus, F. et Contreras, G. (2021). Enquête québécoise sur le tabac, l'alcool, la drogue et le jeu chez les élèves du secondaire 2019. Principaux résultats de l'enquête et évolution des phénomènes, Québec, Institut de la statistique du Québec, 194 p [En ligne] [statistique.quebec.ca/fr/fichier/ enquete-quebecoise-tabac-alcool-drogue-jeu-eleves-secondaire-2019.pdf](https://statistique.quebec.ca/fr/fichier/enquete-quebecoise-tabac-alcool-drogue-jeu-eleves-secondaire-2019.pdf), consulté le 9 décembre 2022.
- ⁶ Dubé, P.-A., Plamondon, L. et Tremblay, P.-Y. (2010). Boissons énergisantes : risques liés à la consommation et perspectives de santé publique [En ligne] https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/1167_boissonsenergisantes.pdf, consulté le 6 mars 2020.
- ⁷ Pound, C. M., Blair, B., & Canadian Paediatric Society, Nutrition and Gastroenterology Committee, Ottawa, Ontario (2017). Energy and sports drinks in children and adolescents. Paediatrics & child health, 22(7), 406-410. <https://doi.org/10.1093/pch/pxx132>
- ⁸ Kraak, V. I., Davy, B. M., Rockwell, M. S., Kostelnik, S. et Hedrick, V. E. (2020). Policy Recommendations to Address Energy Drink Marketing and Consumption by Vulnerable Populations in the United States. Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics, 120(5), 767-777. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2020.01.013>
- ⁹ Mintel (2019). US energy drinks market report [En ligne] <https://store.mintel.com/usenergy-drinks-market-report>, consulté le 26 juillet 2019.
- ¹⁰ Al-Shaar, L., Vercammen, K., Lu, C., Richardson, S., Tamez, M., & Mattei, J. (2017). Health Effects and Public Health Concerns of Energy Drink Consumption in the United States : A Mini-Review. Frontiers in public health, 5, 225. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2017.00225>
- ¹¹ Larson, N., Dewolfe, J., Story, M. et Neumark-Sztainer, D. (2014). Adolescent consumption of sports and energy drinks : Linkages to higher physical activity, unhealthy beverage patterns, cigarette smoking, and screen media use. Journal of Nutritional Education Behaviour; 46(3) :181-187. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2014.02.008>

- ¹² Terry-McElrath, Y. M., O'Malley, P. M. et Johnston L.D (2014). Energy drinks, soft drinks, and substance use among United States secondary school students. *J Addict Med*, 8(1):6-13. <https://doi.org/10.1097/01.ADM.0000435322.07020.53>
- ¹³ MedlinePlus (2020). Caffeine. National Institute of Health [En ligne] <https://medlineplus.gov/caffeine.html>.
- ¹⁴ Santé Canada (2017). Santé Canada conseille les Canadiens sur la quantité de caféine qu'ils peuvent consommer sans risque [En ligne] <https://canadiensensante.gc.ca/recall-alert-rappel-avis/hc-sc/2017/63362a-fra.php>.
- ¹⁵ Ehlers, A., Marakis, G., Lampen, A. et Hirsch-Ernst, K. I. (2019). Risk assessment of energy drinks with focus on cardiovascular parameters and energy drink consumption in Europe. *Food and chemical toxicology : an international journal published for the British Industrial Biological Research Association*, 130(f3u, 8207483), 109-121. <https://doi.org/10.1016/j.fct.2019.05.028>
- ¹⁶ Plamondon, L. (2013). Les boissons énergisantes : entre menace et banalisation, Institut national de santé publique du Québec, Collection TOPO, numéro 6, 10 p.
- ¹⁷ La Vieille, S., Gillespie, Z., Bonvalot, Y., Benkhedda, K., Grinberg, N., Rotstein, J., Barber, J., & Krahn, A. D. (2021). Caffeinated energy drinks in the Canadian context : health risk assessment with a focus on cardiovascular effects. *Applied physiology, nutrition, and metabolism = Physiologie appliquee, nutrition et metabolisme*, 46(9), 1019–1028. <https://doi.org/10.1139/apnm-2021-0245>
- ¹⁸ American Academy of Family Physicians (s.d.) Stimulant Drinks and Products [En ligne] <https://www.aafp.org/about/policies/all/stimulant-drinksproducts.html>, consulté le 23 août 2022.
- ¹⁹ Schneider, M. B. Benjamin, H. J.; Fitness, Committee on Nutrition and the Council on Sports Medicine and Fitness (2011). Sports Drinks and Energy Drinks for Children and Adolescents : Are They Appropriate? *Pediatrics*, 127, 1182–1189. [CrossRef] <https://doi.org/10.1542/peds.2011-0965>
- ²⁰ Association médicale canadienne (2013). Résolution de politiques – Boissons énergisantes [En ligne] <https://policybase.cma.ca/fr/permalink/politique10899>, consulté le 31 janvier 2020.
- ²¹ Bevnet (2013). American Medical Association Endorses Ban on Energy Drink Marketing to Minors [En ligne] <https://www.bevnet.com/news/2013/american-medical-association-endorses-ban-on-energy-drink-sales-to-minors/>, consulté le 21 janvier 2020.
- ²² Bwenge, A., Côté, M., De Macar, A. et Poirier, P. (2019). Énoncé de position – Les boissons énergisantes et le sport, Association québécoise des médecins du sport et de l'exercice [En ligne] <https://cdn.aqmse.org/files/2019/10/22170111/recommandations-final-22-oct.pdf>, consulté le 23 janvier 2020.
- ²³ Australian Medical Association (2015). Public Health Report [En ligne] https://ama.com.au/sites/default/files/Public_Health_Report_2015.pdf, consulté le 23 août 2022.
- ²⁴ Lévy, S., Santini, L., Capucci, A., Oto, A.; Santomauro, M., Riganti, C., Raviele, A. et Cappato, R. (2019). European Cardiac Arrhythmia Society Statement on the Cardiovascular Events Associated with the Use or Abuse of Energy Drinks. *J. Interv. Card. Electrophysiol.* 56, 99–115. [CrossRef] <https://doi.org/10.1007/s10840-019-00610-2>
- ²⁵ Société canadienne de pédiatrie (2017). Document de principes – Les boissons pour sportifs et les boissons énergisantes chez les enfants et les adolescents [En ligne]

<https://www.cps.ca/fr/documents/position/les-boissons-pour-sportifs-et-les-boissons-energisantes>, consulté le 31 janvier 2020.

- 26 Coalition québécoise sur la problématique du poids. *Interdire la vente de boissons énergisantes aux mineurs, une idée saugrenue?* [En ligne] <https://collectifvital.ca/fr/communiqué-de-presse/2669>, consulté le 22 janvier 2020.
- 27 MacDonald, N., Hamilton, R., Malloy, P., Moride, Y. et Shearer J. (2010). Rapport du groupe d'experts sur les boissons énergisantes caféinées [En ligne] https://www.canada.ca/content/dam/hc-sc/documents/services/drugs-health-products/natural-non-prescription/activities/expert-panel-caffeinated-energy-drinks/report_rapport-fra.pdf, consulté le 31 janvier 2020.
- 28 Higgins, J. P., Babu, K., Deuster, P. A. et Shearer, J. (2018). Energy Drinks : A Contemporary Issues Paper. Current Sports Medicine Reports, 17(2). https://journals.lww.com/acsm-csmr/Fulltext/2018/02000/Energy_Drinks_A_Contemporary_Issues_Paper.9.aspx
- 29 Shah, S. A., Chu, B. W., Lacey, C. S., Riddock, I. C., Lee, M. et Dargush, A. E. (2016). Impact of Acute Energy Drink Consumption on Blood Pressure Parameters : A Meta-analysis. The Annals of pharmacotherapy, 50(10), 808-15. <https://doi.org/10.1177/1060028016656433>
- 30 Lasheras, I., Seral, P., Alonso-Ventura, V. et Santabarbara, J. (2021). The impact of acute energy drink consumption on electrical heart disease : A systematic review and meta-analysis. Journal of electrocardiology, 65(i0r, 0153605), 128-135. <https://doi.org/10.1016/j.jelectrocard.2021.01.020>
- 31 Petit A., Karila L. et M. Lejoyeux (2015). L'abus de boissons énergisantes présente-t-il un risque?, La Presse Médicale, 44(3), 261-270. <https://doi.org/10.1016/j.lpm.2014.07.029>
- 32 Nadeem, I. M., Shanmugaraj, A., Sakha, S., Horner, N. S., Ayeni, O. R. et Khan, M. (2020). Energy Drinks and Their Adverse Health Effects : A Systematic Review and Meta-analysis. Sports health, (101518422), 1941738120949181. <https://doi.org/10.1177/1941738120949181>
- 33 Ali, F., Rehman, H., Babayan, Z., Stapleton, D. et Joshi, D.-D. (2015). Energy drinks and their adverse health effects : A systematic review of the current evidence. Postgraduate medicine, 127(3), 308-22. <https://doi.org/10.1080/00325481.2015.1001712>
- 34 Lippi, G., Cervellin, G. et Sanchis-Gomar, F. (2016). Energy Drinks and Myocardial Ischemia: A Review of Case Reports. Cardiovascular toxicology, 16(3), 207-12. <https://doi.org/10.1007/s12012-015-9339-6>
- 35 Wiggers, D., Asbridge, M., Baskerville, N. B., Reid, J. L., & Hammond, D. (2020). An experimental study on perceptions of energy drink ads among youth and young adults in Canada. Appetite, 146, 104505. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104505>
- 36 Hammond D., et J. L. Reid (2018). Exposure and perceptions of marketing for caffeinated energy drinks among young Canadians. Public Health Nutrition : 21(3), 535–542 [En ligne] https://www.cambridge.org/core/services/aop-cambridge-core/content/view/4BE57536575CD241D166880B326C2194/S1368980017002890a.pdf/exposure_and_perceptions_of_marketing_for_caffeinated_energy_drinks_among_young_canadians.pdf, consulté le 5 mars 2020.
- 37 Santé Canada (2022). Lignes directrices : Règlement sur les aliments supplémentés, 83 p.
- 38 Gouvernement du Canada (2022). La Gazette du Canada, Partie II, volume 156, numéro 15 : Règlement modifiant le Règlement sur les aliments et drogues et le Règlement sur le cannabis (aliments supplémentés) : DORS/2022-169 [En ligne]. <https://canadagazette.gc.ca/rp-pr/p2/2022/2022-07-20/html/sor-dors169-fra.html>, consulté le 18 août 2022.

- 39 Potvin-Kent M., Dubois L. et Wanless A. (2011). Food marketing on children's television in two different policy environments. *International Journal of Pediatric Obesity*; 6(3) : 433-441. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.3109/17477166.2010.526222>
- 40 Dhar T., et K. Baylis (2011). Fast Food Consumption and the Ban on Advertising targeting Children : The Quebec Expérience. *Journal of Marketing Research* ; 25-27. <https://www.jstor.org/stable/23033520?seq=1>
- 41 Hearth and Stroke Association (2017). The Kids Are Not Alright. How the Food and Beverage Industry Is Marketing Our Children and Youth to Death [En ligne] <https://www.heartandstroke.ca/-/media/pdf-files/canada/2017-heart-month/heartandstroke-reportonhealth2017.ashx>, consulté le 24 mars 2020.
- 42 Hollands, G. J., Carter, P., Anwer, S., King, S. E., Jebb, S. A., Ogilvie, D., Shemilt, I., Higgins, J. P. T., & Marteau, T. M. (2019). Altering the availability or proximity of food, alcohol, and tobacco products to change their selection and consumption. *The Cochrane database of systematic reviews*, 9(9), CD012573. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD012573.pub3>
- 43 Shaw, S. C., Ntani, G., Baird, J., & Vogel, C. A. (2020). A systematic review of the influences of food store product placement on dietary-related outcomes. *Nutrition reviews*, 78(12), 1030-1045. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuaa024>
- 44 Gauthier, A. (2018). L'efficacité des mises en garde sur les contenants de boissons sucrées en promotion de la saine alimentation. Institut national de santé publique du Québec. [En ligne] https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2386_efficacite_mises_garde_contenants_boissons_sucrees.pdf, consulté le 16 juin 2020.
- 45 Clarke N., Pechey E., Kosite D. et al. (2020). Impact of Health Warning Labels on Selection and Consumption of Food and Alcohol Products : Systematic Review with Meta-analysis. *Health Psychology Review*, p. 1-39.
- 46 Grummon, A. H., et M. G. Hall (2020). Sugary drink warnings : A meta-analysis of experimental studies. *PLOS Medicine*; 17(5), p. e1003120.
- 47 Institut national de santé publique du Québec (2015). Projet de loi 44 : Loi concernant la lutte contre le tabagisme [En ligne] https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2032_memoire_loi_44_tabagisme.pdf, consulté le 19 juin 2020.
- 48 Heckman, M. A., Sherry, K., & De Mejia, E. G. (2010). Energy Drinks : An Assessment of Their Market Size, Consumer Demographics, Ingredient Profile, Functionality, and Regulations in the United States. *Comprehensive reviews in food science and food safety*, 9(3), 303-317. <https://doi.org/10.1111/j.1541-4337.2010.00111.x>
- 49 L. Harris J., B. Schwartz, M., LoDolce, M., Munsell, C., Fleming-Milici, F., Elsey, J., Liu, S., Hyary, M., Gross, R., Hazen, C. et Dembek C. (2014). Sugary drink marketing to youth : some progress but much room to improve. Hartford : Rudd Centre for food Policy and Obesity [En ligne] http://sugarydrinkfacts.org/resources/SugaryDrinkFACTS_Report.pdf, consulté le 29 avril 2020.
- 50 Visram, S., Crossley, S. J., Cheetham, M., & Lake, A. (2017). Children and young people's perceptions of energy drinks : A qualitative study. *PloS one*, 12(11), e0188668. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0188668>
- 51 Francis, J., Martin, K., Costa, B., Christian, H., Kaur, S., Harray, A., Barblett, A., Oddy, W. H., Ambrosini, G., Allen, K., & Trapp, G. (2017). Informing Intervention Strategies to Reduce Energy Drink Consumption in Young People : Findings From Qualitative Research. *Journal of*

nutrition education and behavior, 49(9), 724–733.e1.
<https://doi.org/10.1016/j.jneb.2017.06.007>

- ⁵² Hecht, A. A., C. L. Perez, M. Polascek, A. N. Thorndike, R. L. Franckle et A. J. Moran (2020). Influence of food and beverage companies on retailer marketing strategies and consumer behavior, *International journal of environmental research and public health*, vol. 17, n°20, p. 7381.
- ⁵³ Bennett, R., C. Zorbas, O. Huse, A. Peeters, A. J. Cameron, G. Sacks et K. Backholer (2020). Prevalence of healthy and unhealthy food and beverage price promotions and their potential influence on shopper purchasing behaviour : A systematic review of the literature, *Obesity Reviews*, vol. 21, n° 1, p. e12948.
- ⁵⁴ Wiggers, D., Asbridge, M., Baskerville, N. B., Reid, J. L. et Hammond, D. (2019). Exposure to Caffeinated Energy Drink Marketing and Educational Messages among Youth and Young Adults in Canada. *International journal of environmental research and public health*, 16(4), 642.
<https://doi.org/10.3390/ijerph16040642>

