

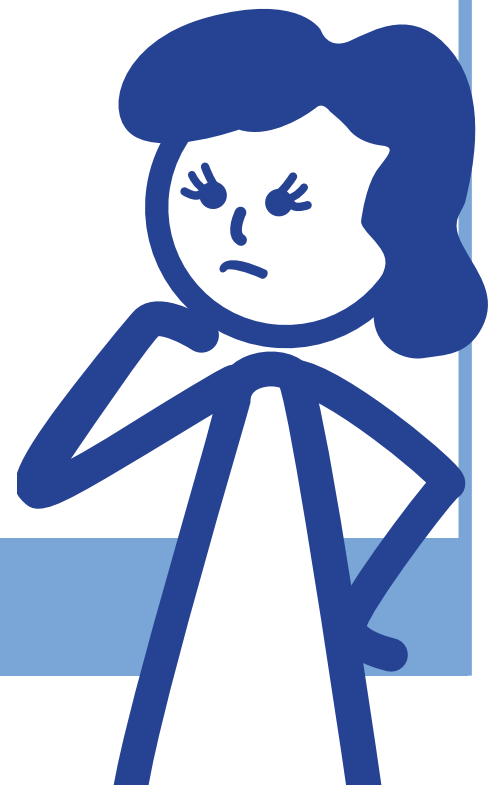
Méfiez-vous des... Produits minceur

Ce qu'il faut savoir

- Les produits de santé naturels amaigrissants incluent :
 - ◇ les compléments alimentaires (ex. : coupe-faims, diurétiques, laxatifs, brûleurs de graisse, capteurs de graisse, produits « ventre plat », actifs antisucre, modérateurs métaboliques, détoxifiants)
 - ◇ les crèmes et les timbres amincissants
 - ◇ les produits homéopathiques minceur
- Les études sur les produits minceur les plus populaires n'ont pas réussi à démontrer qu'ils sont efficaces pour la perte de poids au-delà de l'effet placebo¹.
- « Naturel » ne veut pas dire « sain et sans danger ». Plusieurs produits minceur peuvent nuire à votre santé en raison de leurs ingrédients médicinaux et non médicinaux ou de leur interaction avec des médicaments.
- Puisqu'ils sont en vente libre, plusieurs personnes ne mentionnent pas à leur médecin ou pharmacien qu'ils prennent des produits de santé naturels pour maigrir. Ainsi, la plupart des produits minceur sont achetés sans qu'un professionnel de la santé soit consulté ou ait pu informer le consommateur des effets indésirables possibles.

¹ On parle de l'effet placebo lorsqu'une personne constate un effet positif en consommant une pilule sans ingrédient médicinal (ex.: faite de sucre ou de farine) parce qu'elle croit que cela va fonctionner.

**Je veux perdre
du poids.**



Méfiez-vous des apparences trompeuses!

Effets indésirables possibles

Selon Santé Canada, il est impossible d'énumérer les risques associés à chacun des produits de santé naturels amaigrissants sur le marché, car ces derniers sont trop nombreux. Certains produits minceur peuvent entraîner des conséquences graves tels que :

- anémie,
- hypertension,
- vomissements,
- troubles hépatiques (lésions du foie, hépatite, greffe du foie),
- hémorragie,
- insuffisance respiratoire,
- psychose,
- arythmie cardiaque,
- problèmes rénaux,
- coma,
- décès (surdose, problèmes rénaux, problèmes cardiaques, ingrédients toxiques ou interaction avec un médicament).



REDOUBLEZ DE PRUDENCE DANS LES SITUATIONS SUIVANTES

Les produits de santé naturels amaigrissants sont particulièrement déconseillés aux :

- femmes enceintes ou allaitantes;
- enfants et adolescents;
- personnes âgées;
- personnes atteintes d'une maladie chronique (particulièrement les personnes diabétiques, et celles ayant une maladie cardiaque ou souffrant d'hypertension);
- personnes souffrant d'une détérioration de la fonction rénale ou hépatique;
- personnes prenant des médicaments contre le cancer, des antirétroviraux ou immunosuppresseurs, des médicaments antirejets ou des anticoagulants;
- personnes ayant des problèmes de santé mentale ou de troubles neuropsychiatriques et celles prenant des médicaments psychiatriques;
- personnes devant subir une intervention chirurgicale.



Yolaine veut
perdre du poids

Visitez apparencetrompeuses.ca

- Visionnez et partagez les vidéos.
- Informez-vous sur les produits, services et moyens amaigrissants.
- Trouvez des solutions durables.