Les autorités britanniques réduisent la dose recommandée de CBD en raison des risques pour la santé

Huile de CBD (cannabidiol). (Photo : British Cannabis)

Les autorités britanniques chargées de la réglementation alimentaire ont réduit la dose journalière de cannabidiol (CBD) recommandée, un extrait de cannabis présent dans des milliers de produits vendus dans le commerce, des muffins aux cafés, en invoquant un risque de lésions hépatiques et de problèmes thyroïdiens.

L'Agence des normes alimentaires (Food Standards Agency, FSA) et son homologue écossaise ont décidé, à la surprise générale, de revenir sur les directives officielles antérieures et d'actualiser leurs conseils sur ce qui était auparavant considéré comme un ingrédient miracle. Elles recommandent désormais aux adultes en bonne santé de limiter leur consommation de CBD d'origine alimentaire à 10 mg par jour, ce qui équivaut à quatre ou cinq gouttes d'huile de CBD à 5%.

Les conseils précédents, datant de 2020, fixaient une limite beaucoup plus élevée, à savoir 70 mg par jour.

«Plus vous consommez de CBD au cours de votre vie, plus vous risquez de développer des effets indésirables à long terme, tels que des dommages au foie ou des problèmes de thyroïde», a déclaré le professeur Robin May, conseiller scientifique en chef de la FSA.

M. May a suggéré aux consommateurs de vérifier les étiquettes des produits qu'ils utilisent et d'envisager de tenir compte de ce nouveau conseil. «Le niveau de risque est lié à la quantité consommée, comme c'est le cas pour d'autres produits potentiellement nocifs tels que les boissons alcoolisées.»

Selon la FSA, ce changement s'appuie sur de nouvelles données fournies par l'industrie ainsi que sur les contributions de son comité scientifique indépendant.

Ce changement va provoquer une onde de choc dans le secteur, car certains produits actuellement en vente contiennent plus de 10 mg de CBD par portion. Toutefois, la recommandation n'est que consultative et les régulateurs n'exigent pas que les produits soient retirés des rayons.

Le CBD est l'une des substances chimiques non psychoactives présentes dans le chanvre – et non le THC (tétrahydrocannabinol), substance illégale qui altère les facultés mentales et qui

fait planer. Au cours des années 2010, les ventes de CBD ont décollé, l'ingrédient étant ajouté à toutes sortes de produits, des boissons gazeuses aux crèmes pour le visage.

Plus récemment, l'industrie s'est retrouvée dans l'incertitude après que la FSA a commencé à intervenir. Classés dans la catégorie des «nouveaux aliments», les produits à base de CBD doivent être approuvés avant d'être mis en vente. Pour rattraper le retard pris par ce secteur en pleine expansion, la FSA a dressé une liste de produits que les consommateurs peuvent consulter, bien qu'elle n'ait autorisé aucun d'entre eux.

Marika Graham-Woods, directrice exécutive de la *Cannabis Trades Association,* qui compte 200 membres, a déclaré que cette décision était injuste et que les nouvelles orientations n'étaient que consultatives. «Tout ce que cela fait, c'est effrayer les consommateurs et les détaillants et empêcher l'industrie d'aller de l'avant. Je ne vois aucun avantage à ce qu'ils ont fait.»

La FSA a déclaré que la consommation de plus de 10 mg de CBD par jour ne présentait «aucun risque de sécurité aiguë» sur la base des données qu'elle avait évaluées. Toutefois, au-delà de ce seuil et sur une certaine période, «il existe des preuves de certains effets néfastes sur le foie et la thyroïde».

La FSA a également rappelé que le CBD ne devait pas être consommé par les personnes appartenant à des groupes vulnérables, notamment les enfants, les personnes sous traitement médicamenteux ou les femmes enceintes, allaitantes ou essayant de concevoir un enfant.

Emily Miles, directrice générale de la FSA, a déclaré qu'elle avait toujours dit au public de «réfléchir attentivement» avant de consommer des produits comestibles à base de CBD et qu'elle continuerait à revoir ses conseils en fonction des données disponibles.

«Nous comprenons que cette modification de nos conseils aura des implications pour les produits actuellement sur le marché qui contiennent plus de 10 mg de CBD par portion», a-t-elle déclaré. «Nous travaillerons en étroite collaboration avec l'industrie pour minimiser le risque que les consommateurs ne soient pas exposés à des niveaux potentiellement nocifs de CBD.»

Source: https://www.theguardian.com/society/2023/oct/12/uk-food-regulators-slash-recommended-dose-of-cbd-over-health-risks, 12 octobre 2023

(Traduction «Jeunesse sans drogue»)