



Juillet 2025

Complément alimentaire : Étiquetage et exigences

Les exigences applicables en Suisse aux compléments alimentaires (CAI) sont décrites dans l'ordonnance sur les compléments alimentaires (RS 817.022.14 ; en abrégé OCAI). En ce qui concerne l'étiquetage, il faut également tenir compte de l'ordonnance sur les denrées alimentaires et les objets usuels (RS 817.02 ; en abrégé ODAIOUs) et de l'ordonnance du DFI concernant l'information sur les denrées alimentaires (RS 817.022.16 ; en abrégé OIDA).



Les règles de classification et de distribution des CAI ne sont pas totalement harmonisées au sein de l'UE. Cela s'explique notamment par le fait qu'il n'existe à ce jour aucune liste harmonisée pour les autres substances et qu'aucune limite maximale harmonisée n'a été fixée pour les vitamines et les minéraux. Par conséquent, un CAI peut être commercialisé en toute légalité dans un pays de l'UE, alors qu'il ne peut pas l'être dans un autre pays de l'UE ou en Suisse.

Définition

Les CAI sont des aliments destinés à compléter l'alimentation normale. Ils ne sont ni des remèdes ni des aliments pour sportifs. Ils sont constitués de **concentrés simples ou multiples** de vitamines, de minéraux ou d'autres substances ayant un effet nutritionnel ou physiologique et sont commercialisés sous forme **de doses**.

Exigences

Les compléments alimentaires ne peuvent être mis sur le marché que préemballés (exception : remise pour consommation directe) et doivent être proposés à la consommation en petites quantités mesurées (p. ex. capsules, sachets de poudre, ampoules liquides, ...) (art. 2, al. 1 et 2, OCAI). Ils peuvent contenir:

- Vitamines et minéraux selon l'annexe 1, partie A, OCAI, dans les conditions qui y sont mentionnées.
- Autres substances selon l'annexe 1, partie B, OCAI, dans les limites qui y sont fixées.
- Nouveaux aliments pour autant qu'ils soient autorisés pour les CAI ou qu'ils aient fait l'objet d'une autorisation auprès de l'OSAV.
- Autres denrées alimentaires ; les lettres a à c sont réservées.

Les CAI sont soumis aux restrictions suivantes :

- **Substances interdites** : les substances diméthylamylamine (DMAA), 2,4-dinitrophénol (DNP), mélatonine et monascus purpureus sont interdites dans les CAI (art. 2, al. 4, OCAI).
- **Plantes interdites** : les plantes, parties de plantes ou préparations qui en sont issues et qui figurent à l'annexe 1 de l'ordonnance du DFI sur les denrées alimentaires d'origine végétale, les champignons et le sel comestible (RS 817.022.17, en abrégé ODAIOV) ne peuvent pas être utilisées comme denrées alimentaires et sont donc interdites dans les CAI (art. 3 ODAIOV).
- **Les quantités maximales** de vitamines, de sels minéraux et d'autres substances mentionnées à l'annexe 1 de l'OCAI ne doivent pas être dépassées par dose journalière recommandée (art. 2, al. 5, OCAI).



- **Formes de combinaison** : Les vitamines, minéraux ou autres substances ne peuvent être utilisés que sous les formes de composés mentionnées à l'annexe 2 de l'OCAI (art. 2, al. 6, OCAI). L'iode peut par exemple être ajouté sous forme d'iodure de sodium, d'iodate de sodium, d'iodure de potassium et d'iodate de potassium. D'autres formes de composés (p. ex. l'iodure de zinc) sont en revanche interdites.
- **Cultures bactériennes** : les cultures bactériennes utilisées doivent être adaptées à un usage alimentaire et ne présenter aucun risque pour la santé. Les exigences sont définies à l'annexe 3 de l'OCAI.

Étiquetage

L'étiquetage des CAI est régi par l'ODAIUOs, l'OIDAI et l'OCAI. Les explications suivantes contiennent les principaux critères à respecter pour l'étiquetage des CAI. Pour les questions de détail, il convient dans tous les cas de se référer aux articles pertinents des ordonnances correspondantes.

Étiquetage en général (ODAIUOs, OIDAI)

- **Langue officielle** : les indications obligatoires doivent figurer dans au moins une langue officielle de la Confédération (art. 36, al. 2, let. c, ODAIUOs).
- **Lisibilité** : les indications obligatoires doivent être apposées sur l'emballage à un endroit bien visible, en caractères faciles à lire et indélébiles (art. 36, al. 2, let. a et b, ODAIUOs). Pour garantir une bonne lisibilité, les indications obligatoires doivent être imprimées en caractères d'une hauteur d'x selon l'annexe 3 OEDAI d'au moins 1,2 mm (art. 4, al. 3, OIDAI). Les très petits emballages sont exclus (art. 4, al. 4, OIDAI).
- **La dénomination spécifique** des CAI est "complément alimentaire".
- **Liste des ingrédients** dans l'ordre quantitatif décroissant (art. 3, al. 1, let. b, OIDAI). Le cas échéant, les ingrédients doivent être accompagnés d'une mention quantitative (règle QUID) (art. 3, al. 1, let. d, OIDAI). Les vitamines et les minéraux peuvent - dans la mesure où la protection contre la tromperie est garantie - être mentionnés sous forme de nom trivial (p. ex. vitamine C), de composé (p. ex. L-ascorbate de potassium) ou des deux (p. ex. L-ascorbate de potassium (vitamine C)).
- **Les ingrédients susceptibles de provoquer des allergies ou d'autres réactions indésirables** doivent être clairement désignés (p. ex. malt d'orge) et mis en évidence par des moyens appropriés (art. 3, al. 1, let. c, OIDAI).
- **la date de durabilité minimale ou la date limite de consommation** (art. 3, al. 1, let. e, OIDAI).
- **Indication de conservation et d'utilisation** si nécessaire (art. 3, al. 1, let. f, OIDAI)
- **Indication de l'adresse** ; au minimum entreprise ou nom, code postal et lieu. Les adresses étrangères doivent être complétées par le pays à compléter. (art. 3, al.1, let. g, OIDAI). Une adresse Internet ou un code QR ne suffit pas. **Pays de production** (CAI). Si celui-ci ressort clairement de l'indication d'adresse (p. ex. Fabriqué par "Indication d'adresse") ou de la désignation de la matière, on peut renoncer à le mentionner explicitement. L'indication du pays de production peut être abrégée par le code ISO-2 (ES pour l'Espagne, DE pour l'Allemagne, ...) (art. 3, al. 1, let. h, OIDAI).
- **Provenance des ingrédients quantitativement importants** (art. 3, al. 1, let. i, OIDAI). La provenance d'un ingrédient ne doit être mentionnée que si l'ingrédient représente plus de 50% de la quantité, si la provenance de cet ingrédient ne correspond pas au pays de production de l'EMN et si cette situation n'est pas attendue en raison de la présentation du produit (p. ex. en raison de mentions relatives au pays de production).
- **Mode d'emploi**, dans la mesure où il est nécessaire pour une utilisation conforme à la destination (art. 3, al. 1, let. k, OIDAI).
- **Indication du lot de marchandises** (lot, lot) (art. 3, al. 1, let. m, OIDAI)
Le cas échéant, mention des **organismes génétiquement modifiés** (OGM) (art. 3, al. 1, let. O, ODAIO)
- Le cas échéant, **indications particulières obligatoires** selon l'annexe 2 OIDA, comme par exemple traitées par ionisation ; indications pour les édulcorants, la réglisse, la caféine, les phytostérols, les phytostanols)

Les compléments alimentaires servent en premier lieu à compléter l'alimentation avec des substances importantes du point de vue de la physiologie nutritionnelle. Une déclaration des valeurs nutritives n'est donc pas prévue (art. 21, al. 3, OIDA). En lieu et place, les exigences d'étiquetage spécifiques aux MNT mentionnées ci-dessous s'appliquent.



Étiquetage nutriments, lactase, cultures bactériennes (OCAI)

La teneur en vitamines, minéraux ou autres substances et leur pourcentage par rapport aux quantités de référence (selon l'annexe 10, partie A, OIDA) par apport journalier recommandé doivent être indiqués sous forme numérique. L'indication du pourcentage peut également se faire sous forme graphique (art. 3, al. 2, OCAI).

Si une référence est faite à une vitamine, un minéral ou une autre substance, elle doit être contenue par quantité journalière recommandée (art. 3, al. 4, OCAI) :

- a) pour les vitamines et les minéraux : au moins 15% de la quantité de référence selon l'annexe 10, partie A, OIDA
- b) pour les autres substances : au moins 15% de la quantité maximale selon l'annexe 1 OCAI.

S'il est fait référence à des cultures bactériennes vivantes ou à la lactase, elles doivent être présentes par quantité journalière recommandée :

- a) pour les cultures bactériennes vivantes : au moins 108 unités formant colonies (UFC) ;
- b) pour la lactase : au moins 4500 unités Food-Chemical-Codex (FCC).

L'ajout de cultures bactériennes vivantes doit être indiqué dans la liste des ingrédients et dans la dénomination spécifique par la nomenclature scientifique ou par la mention "avec bactéries lactiques". (Art.3 al.6 OCAI)

Indications complémentaires, remarques, avertissements (OCAI)

Les informations suivantes doivent obligatoirement être mentionnées sur un CAI :

- La consommation journalière recommandée en portions du produit (art. 3, al. 7, let. a, OCAI)
- un avertissement invitant à ne pas dépasser la dose recommandée indiquée (art. 3, al. 7, let. b, OCAI)
- une mention indiquant que les MEN ne doivent pas être utilisés en remplacement d'une alimentation variée (art. 3, al. 7, let. c, OCAI)
- une mention indiquant que les produits doivent être tenus hors de portée des jeunes enfants (art. 3, al. 7, let. d, OCAI)
- Les avertissements ou la mention du groupe cible spécifique ou de la condition d'utilisation selon l'annexe 1 OCAI (art. 3, al. 7, let. e, OCAI)
- Les noms des catégories des vitamines, des sels minéraux ou des autres substances caractérisant le produit, ou une mention relative à la nature des vitamines, des sels minéraux ou des autres substances. (art. 3, al. 7, let. f, OCAI)

Mentions interdites (OCAI)

L'étiquetage et la présentation des compléments alimentaires, ainsi que la publicité, ne peuvent comporter aucune mention affirmant ou donnant l'impression qu'un régime alimentaire équilibré et varié ne permet pas, en général, d'obtenir les apports nutritionnels appropriés (article 4 de l'ONEM).

Promotion de la santé (OIDAI)

Les allégations de santé sont des indications linguistiques ou visuelles, y compris des éléments graphiques ou des symboles, sous quelque forme que ce soit, qui affirment, suggèrent ou impliquent l'existence d'un lien entre une catégorie de denrées alimentaires, une denrée alimentaire ou un composant de denrée alimentaire, d'une part, et la santé, d'autre part (art. 31, al. 1, OIDA).

Le principe d'interdiction avec réserve d'autorisation s'applique aux allégations de santé !

- Les allégations de santé ne peuvent être faites que si elles sont énumérées à l'annexe 14 de l'OIDAI et si elles répondent aux exigences de la section 12 de l'OIDAI (art. 31, al. 2, OIDA).
- Les allégations de santé qui ne figurent pas à l'annexe 14 de l'OIDAI sont soumises à l'autorisation de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (art. 31, al. 3, OIDA).
- Les références aux avantages non spécifiques d'un nutriment ou d'une denrée alimentaire pour la santé en général ou le bien-être lié à la santé (p. ex. vitalisant) ne sont autorisées que si elles sont accompagnées d'une allégation de santé (spécifique) autorisée ou mentionnée à l'annexe 14 de l'OIDAI (art. 34, al. 2, OIDA).





Exemple de produit

1. **Complément alimentaire**
2. magnésium, calcium et vitamine D3
3. **Ingrédients** : Carbonate de calcium, carbonate de magnésium, dextrose, **amidon de blé**, maltodextrine, anti-agglomérants : sels de magnésium d'acides gras alimentaires et dioxyde de silicium, vitamine D3
4. Recommandation de consommation : prendre 6 comprimés répartis sur une journée avec beaucoup de liquide.
5. Muster AG
Probestrasse 24
1950 Sion
6. Date de durabilité minimale : avril 2024
7. Lot de marchandise : L042023
8. Pays de production : CH

9. Contenu : 100 comprimés / 100 g

10.

| Valeurs nutritives | Par 6 tabl. | VNR* |
|--------------------|-------------|------|
| Magnésium | 375 mg | 100% |
| Calcium | 640 mg | 80% |
| Vitamine D3 | 5 µg | 100% |

*NRV= Quantités de référence pour les adultes pour l'apport quotidien

11. Important pour les muscles et les os

12.

- Le calcium est nécessaire au maintien d'une ossature et de dents normales.
- Le magnésium et la vitamine D contribuent au maintien d'une ossature et d'une dentition normales.
- Le magnésium, le calcium et la vitamine D contribuent au maintien d'une fonction musculaire normale.

13. Les compléments alimentaires ne doivent pas être utilisés comme substituts d'une alimentation variée et équilibrée et d'un mode de vie sain.

Conserver hors de portée des enfants.

Ne pas dépasser la quantité journalière recommandée indiquée.

14. Conserver au frais et au sec

1 dénomination spécifique, 2 noms des catégories, 3 Liste des ingrédients (avec mise en évidence de l'amidon de blé en tant qu'ingrédient "allergène"), 4 Instructions d'utilisation, 5 Indication de l'adresse, 6 Date de péremption, 7 Indication du lot de marchandises, 8 Indication du pays de production, 9 Indication de la quantité, 10 Indication de la teneur en vitamines, minéraux (et autres substances ; les quantités de référence requises de plus de 15% sont respectées), 11 et 12 Indication générale relative à la santé suivie d'indications spécifiques relatives à la santé pour le calcium, le magnésium et la vitamine D, 13 Indications/avertissements requis, 14 Indication de conservation.

