

# De nombreux effets indésirables liés à la consommation de compléments alimentaires à base de *Garcinia cambogia*



© 123 RF

Bien qu'interdite dans les médicaments, la plante *Garcinia cambogia* ne l'était pas dans les compléments alimentaires. Consommés dans le but de perdre du poids, ces compléments ont été associés à des effets indésirables sévères comme des hépatites aiguës, y compris chez des personnes n'ayant aucun antécédent médical.

L'analyse des 35 cas reçus par la nutrivigilance a conduit l'Anses à alerter la population et les autorités sanitaires sur les dangers liés à la consommation de compléments alimentaires contenant cette plante. Depuis avril 2025, leur commercialisation est suspendue en France.

## UNE PLANTE INTERDITE DANS LES MÉDICAMENTS MAIS AUTORISÉE DANS LES COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES « MINCEUR »

*Garcinia cambogia* est une plante traditionnellement utilisée en Asie en tant que condiment dans des préparations culinaires et pour des usages médicaux. Elle entre également dans la composition de compléments alimentaires à visée amincissante commercialisés dans l'Union européenne.

L'Autorité européenne de sécurité des aliments (Efsa) a été saisie dès 2008 pour évaluer les allégations de santé concernant l'effet de cette plante et ses extraits sur la sensation de faim, le contrôle du poids, la réduction du stockage des graisses, le contrôle de la glycémie et de la cholestérolémie. Ces allégations de type « minceur » sont attribuées par les fabricants à une substance présente dans le fruit de la plante : l'acide hydroxycitrique. Par ailleurs, l'Efsa mène depuis 2023 une évaluation des risques associés à l'ingestion d'acide hydroxycitrique.

En France, l'Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM) a interdit depuis 2012 la prescription et la délivrance de médicaments ou de préparations médicinales à base de *Garcinia gambogia* du fait d'une balance bénéfices / risques défavorable.

Dans le cadre de son dispositif de nutrivigilance, l'Anses avait reçu en 2019 le signalement d'une hépatite fulminante mortelle associée à la consommation du complément alimentaire Slim Metabol<sup>®1</sup> contenant notamment des extraits de *Garcinia gambogia*. Au vu de la sévérité des effets indésirables et de leur imputabilité très vraisemblable à ce produit, ce signalement avait été publié sur le site de l'Anses<sup>2</sup>. La revue bibliographique menée à l'occasion de l'expertise de ce cas avait mis en évidence l'implication majeure de *Garcinia gambogia* dans la survenue d'hépatites fulminantes similaires à partir de 2005.

Au vu de ces données, l'Anses a décidé en 2020 de dresser un état des lieux des connaissances relatives à *Garcinia gambogia* ainsi qu'une analyse des cas cliniques publiés dans la littérature scientifique ou rapportés par différents systèmes de vigilance, français, européens et nord-américains, pour proposer des recommandations aux pouvoirs publics et aux consommateurs.

<sup>1</sup> [https://vigilanses.anses.fr/sites/default/files/VigilAnsesN10\\_Avril2020\\_Nutrivigilance\\_SlimMetabol.pdf](https://vigilanses.anses.fr/sites/default/files/VigilAnsesN10_Avril2020_Nutrivigilance_SlimMetabol.pdf)

<sup>2</sup> <https://www.anses.fr/fr/system/files/NUT2020-SA-0047.pdf>

## DIFFÉRENTS TYPES D'EFFETS INDÉSIRABLES RAPPORTÉS

Depuis la mise en place du dispositif de nutrivigilance en 2009, 35 effets indésirables susceptibles d'être liés à la consommation de compléments alimentaires contenant *Garcinia gambogia* ont été portés à la connaissance de l'Anses de janvier 2009 à mars 2024. Parmi ces déclarations, seuls 18 étaient analysables, ce qui veut dire que les données déclarées étaient suffisamment complètes et précises pour établir l'imputabilité au produit suspecté selon la méthode de la nutrivigilance<sup>3</sup>. Deux cas pour lesquels l'imputabilité a été jugée exclue ou douteuse ne seront pas rapportés dans cet article. Pour les 16 cas restants, les symptômes étaient principalement hépatiques, cardiovasculaires et digestifs. L'imputabilité de l'apparition de ces effets aux compléments alimentaires consommés a été jugée « très vraisemblable » pour un cas, « vraisemblable » pour sept et « possible » pour huit.

Parmi ces 16 personnes, six souffraient d'atteintes hépatiques. L'imputabilité au complément alimentaire était jugée « vraisemblable » pour deux cas et « possible » pour quatre. Pour les trois hépatites considérées comme sévères, l'une menaçait le pronostic vital et une autre a conduit au décès. Les six patients souffrant d'atteintes hépatiques avaient consommé *Garcinia gambogia* avec d'autres substances hépatotoxiques, soit contenues dans le complément alimentaire soit dans des médicaments pris de manière concomitante et bien tolérés jusque-là.

L'analyse globale des cas identifiés par différents systèmes de vigilance complétée par une revue de la littérature, a permis à l'Anses de mettre en évidence la survenue d'effets sévères (atteintes hépatiques, psychiatriques, digestives (pancréatites), cardiaques et musculaires (rhabdomyolyses)). Ces effets sont survenus à la fois chez des personnes ayant des antécédents de troubles psychiatriques, de pancréatite ou d'hépatite, ou certaines maladies comme le diabète, l'obésité, l'hypertension, avec ou sans traitement médicamenteux (médicaments connus pour affecter la fonction hépatique comme des traitements antirétroviraux ou par des traitements anti-dépresseurs) mais aussi chez des personnes sans aucun antécédent médical.

### DECLARER LES EFFETS INDÉSIRABLES

Les professionnels de santé sont invités à déclarer au dispositif de nutrivigilance les cas d'effets indésirables qu'ils suspecteraient d'être liés à la consommation de compléments alimentaires ou d'ASNP (<https://www.nutrivigilance-anses.fr>)

## CONCLUSIONS ET RECOMMANDATIONS

Une hépatotoxicité liée à la consommation de compléments alimentaires contenant *Garcinia gambogia* est clairement identifiée à la fois par les signalements reçus par le dispositif de nutrivigilance, d'autres systèmes de vigilance et par l'analyse de la littérature scientifique. Si les personnes déclarant des effets indésirables avaient parfois des antécédents médicaux ou des traitements connus pour affecter la fonction hépatique, certaines n'avaient aucun antécédent médical.

L'ensemble de ces éléments a conduit l'Anses à déconseiller la consommation de produits à base de *Garcinia gambogia* à l'ensemble de la population.

Suivant l'avis de l'Anses, la direction générale de l'alimentation a publié le 15 avril 2025 un arrêté<sup>4</sup> qui suspend pour une durée d'un an la commercialisation et la mise sur le marché de compléments alimentaires contenant la plante *Garcinia gambogia*, dans l'attente de la finalisation de l'expertise européenne de l'Efsa sur le sujet.

S'agissant des compléments alimentaires à visée amincissante, l'Anses rappelle que la recherche de perte de poids sans indication médicale formelle comporte des risques, en particulier lorsqu'elle fait appel à des régimes alimentaires déséquilibrés et peu diversifiés. Toute démarche d'amaigrissement nécessite un accompagnement médical spécialisé.



Vincent Bitane et Sandrine Wetzler (Anses)

### POUR EN SAVOIR PLUS

[Avis de l'Anses relatif à « l'évaluation des effets indésirables liés à la consommation de compléments alimentaires contenant du \*Garcinia cambogia\* »](#)

**Anses. 2011.** Avis de l'Anses relatif à la demande d'évaluation des risques liés aux pratiques alimentaires d'amaigrissement.

<https://www.anses.fr/fr/system/files/NUT2009sa0099.pdf>

Pour déclarer un effet indésirable suite à la consommation d'un complément alimentaire :

<https://www.nutrivigilance-anses.fr>

<sup>3</sup> L'imputabilité permet de définir une relation causale. Elle comprend cinq niveaux : exclu, douteux, possible, vraisemblable et très vraisemblable.

<sup>4</sup> [Arrêté du 15 avril 2025](#) portant suspension d'importation, d'introduction et de mise sur le marché à titre gratuit ou onéreux en France de compléments alimentaires contenant la plante *Garcinia cambogia* Desr. et toutes préparations issues de parties de cette plante.