

Produits au cannabidiol **Il faut sortir du flou !**

CENTRE D'ESSAIS
28 produits
testés



ISTOCK

Étiquetage, allégations, composition : «60» a scruté des produits à base d'un dérivé du chanvre, le cannabidiol. Pas de scandale sur ce qui est, à tort, assimilé à du cannabis légal, mais l'actuelle carence réglementaire ne garantit ni qualité ni sécurité.

Des produits au cannabidiol, ou CBD, il y en a pour tous les goûts : sucettes, tisanes, huiles, gélules, fleurs, résines, e-liquides... et même crèmes et baumes ! Faciles à trouver, en ligne comme en boutique, et à des prix de plus en plus accessibles, ils constituent encore un marché de niche. Mais en plein essor, et qui pourrait représenter 1 milliard d'euros quand il sera réglementé et arrivé à maturité, selon le Syndicat professionnel du chanvre. Surnommé à tort le « cannabis légal », le CBD n'a pas d'effets psychoactifs et ne dérive d'ailleurs pas de la même variété de chanvre que le cannabis "récréatif". Il n'entraîne pas de dépendance et n'est pas considéré

comme un stupéfiant, à la différence du tétrahydrocannabinol (THC). D'après l'Organisation mondiale de la santé, il est en général bien toléré, avec un bon profil d'innocuité. Dans plusieurs pays, dont la France, il est utilisé à dose thérapeutique dans des médicaments : contre les

convulsions chez certains patients épileptiques, les contractions musculaires chez les personnes atteintes de sclérose en plaques ou la douleur chez des patients cancéreux. Mais il est surtout promu aujourd'hui comme un produit de bien-être, capable de calmer le stress, l'anxiété, d'améliorer le sommeil...

TOP OU FLOP ? ÇA DÉPEND

« Le cannabidiol est un produit tendance, sans doute un peu survenu, admet Aurélien Bernard, fondateur








Pas de promesses (trop) ambiguës

• La plupart des marques de notre panel se positionnent sur des allégations bien-être (les allégations santé ne sont pas autorisées). Si une marque, Nordic Oil, possède des crèmes anti-acné, anti-psoriasis, anti-eczéma à base de CBD,

elles ont le statut de dispositif médical. • Cependant, sur certains sites commerciaux, on retrouve des discours ambigus, à la fois sur la distinction entre chanvre et cannabis, et sur les effets à attendre du CBD. Green

House présente ainsi le CBD comme une aide au sevrage du THC, ou pour trouver le sommeil sans somnifère, et capable de diminuer douleurs et inflammations. • De plus, le dessin de la feuille persiste sur certains produits.

✓ Les résultats de notre essai

							
	HUILES						CAPSULES
	Sensi Seeds CBD oil	CBD Corner Huile au cannabidiol full spectrum premium	La Ferme du CBD Huile bio au cannabidiol full spectrum	Greeneo CBD oil Evening Prune	Nordic Oil CBD drops	Green Storm CBD oil	Nordic Oil CBD Softgels + black cumin seed oil
• Présentation (taux de CBD)	30 ml / 1 500 mg (5%)	10 ml / 3 000 mg (30%)	10 ml / 500 mg (5%)	10 ml / 500 mg (5%)	10 ml / 500 mg (5%)	10 ml / 1 000 mg (10%)	60 gélules - 6,4 mg/gélule
• Prix indicatif	55,95 €	150 €	29,90 €	25,90 €	39 €	55,90 €	39 €
Mesure du THC							
• Respect de la limite de 0,2%	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui
Mesure du CBD							
• Écart par rapport au taux annoncé	+ 33 %	+ 22 %	+ 66,5 %	+ 49 %	+ 74 %	+ 17 %	+ 41 %

(*) Non respecté en tenant compte de la présence du précurseur de THC. (**) Taux non annoncé donc impossibilité de calculer l'écart avec le taux mesuré.



Comment nous avons procédé

LES TESTS RÉALISÉS PAR NOTRE CENTRE D'ESSAIS COMPARATIFS

Vingt-huit produits à base de CBD disponibles sur le marché français, en boutique ou sur Internet, ont été sélectionnés et analysés en laboratoire par chromatographie liquide. Le taux de THC et de son précurseur, le THCA, a été mesuré. La conformité du taux de CBD avec celui affiché a été vérifiée.

du média spécialisé Newsweed et de l'agence de conseil Augur Associates. Je ne suis pas sûr qu'avec un mascara au CBD les cils soient vraiment plus détendus, mais pour d'autres produits, il y a des effets reconnus. »

Souvent présenté comme une alternative douce au cannabis et à l'effet du THC, le cannabidiol est perçu de façon très variable. Pour Pierre, violoniste, c'est une révolution. « Il y a incontestablement un effet relaxant, sans perte de contrôle. Et contrairement au cannabis, cela me procure un bon sommeil sans m'ôter les rêves. » Pour Sonia, étudiante, c'est un flop. « Je suis du genre stressée et j'ai souvent de fortes douleurs au moment des règles.

J'ai essayé la tisane au CBD, puis une huile... Et c'est simple : ça ne me fait aucun effet. »

UN MARCHÉ ENCORE TROP PEU ENCADRÉ

Résultat de la dose consommée, de la voie d'administration, de la génétique, ou effet placebo ? «60» n'a pas évalué la performance des produits et ne répondra pas à ces questions. Mais en partenariat avec la Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives (Mildeca), nous avons étudié ce qu'affichent et promettent 28 produits. Conformité avec la composition, avec la réglementation, informations

THÉS		E-LIQUIDES						
Hippocrate Laboratoire Gélules de CBD	Plant of life Cannabis eco tea - Citrus	MyCBD Natural Hemp infusion	Green Stem CBD vaping liquid - Apple & raspberry	Vap'fusion Amnesia haze CBD sativa with terpenes	Greeneo Lemon haze	Marie-Jeanne Amnesia	Marie-Jeanne Classic n° 1	Nature & CBD Full spectrum
30 gélules 10 mg/gélule 29,90 €	10 sachets de 1,5 g (2,5%-3%) 9 €	25 sachets de 1,3 g 9 €	10 ml/500 mg (5%) 34,90 €	10 ml /300 mg (3%) 29,90 €	10 ml/300 mg (3%) 29,90 €	10 ml/100 mg (1%) 11,90 €	10 ml/300 mg (3%) 24,90 €	10 ml/500 mg (5%) 32,90 €
Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui
- 55 %	- 70 %	**	+ 19 %	+ 28 %	+ 31 %	+ 36 %	+ 7 %	- 29 %

BEN DOWNEY/ISTOCK - PHOTOS PRODUCTS : FABRICE PONCELET/4608



délivrées aux consommateurs : les analyses montrent les travers d'un marché évoluant en zone grise.

LA FRANCE CONTRAINTE DE S'ALIGNER

En Europe, les produits à base de CBD doivent exclusivement provenir des variétés de la plante *Cannabis sativa L.* (chanvre agricole) contenant moins de 0,2 % de THC (une hausse à 0,3 % est en cours de discussion). Ce taux ne concerne que la plante, mais il est appliqué par défaut aux produits finis, quels qu'ils soient. Dans notre sélection de 28 produits à base de CBD, certains mettent ainsi en avant leur taux de THC « inférieur à 0,2 % », d'autres à « 0 % », et d'autres encore affichent « sans THC (taux inférieur à 0,2 %) ».

Pourquoi ces deux seuils ? Parce que la France, elle, n'autorise pas les produits où du THC est détectable. Ni ceux issus de l'utilisation des feuilles et des fleurs. Sa ligne rouge, c'est la confusion avec le can-

nabis "récréatif". Mais, comme l'a clarifié le 19 novembre 2020 la Cour de justice de l'Union européenne (CJUE) avec l'arrêt Kanavape, ces restrictions sont en contradiction avec la libre circulation des biens en Europe et le fait que le droit européen l'emporte sur toute disposition contraire du droit national, sauf s'il existe un motif légitime de s'y opposer, par exemple un risque pour la santé publique. La CJUE estime ce risque inexistant dans l'état actuel des connaissances. Résultat : des produits provenant de l'utilisation

de fleurs ou présentant des traces de THC sont vendus en France.

UN SEUL PRODUIT ÉPINGLÉ SUR LE THC

Pour rassurer les consommateurs – qui ont de quoi être perdus –, les marques n'hésitent pas à user de mentions du type « 100 % légal », alors que jusqu'à l'arrêt Kanavape cela n'avait rien d'évident. Et pour se rassurer, fabricants et vendeurs s'entourent d'avocats avant de se lancer sur ce marché, certes prometteur, mais périlleux.

✓ Les résultats de notre essai

	FLEURS		RÉSINES			COSMÉTIQUES	
							
	Greenhouse Super skunk	Le Lab Cookie doowie	La Ferme du CBD Strawberry indoor	Saveurs CBD Cookie kush	Plant of life O.G. Kush jelly CBD 22 %	Green Owl Résine CBD pollene	Enecta Cannabidiol moisturizing cream
• Présentation (taux de CBD)	Pack 25 g (11,5 %)	Vrac	1 g (13 %)	Vrac 10 g (6-8 %)	1 g (17,24 %)	25 g	50 ml / 350 mg (0,7 %)
• Prix indicatif	225 €	105 €	10,90 €	210 €	14,90 €	12,49 €	39,95 €
Mesure du THC							
• Respect de la limite de 0,2 %	Oui*	Oui	Non	Oui*	Oui	Oui*	Oui
Mesure du CBD							
• Écart par rapport au taux annoncé	- 50 %	**	+ 10 %	- 1 %	- 14 %	- 48 %	- 27 %

(*) Non respecté en tenant compte de la présence du précurseur de THC. (**) Taux non annoncé donc impossibilité de calculer l'écart avec le taux mesuré.



BON À SAVOIR
 Un produit dit "full spectrum" contient le profil (ou spectre) complet des cannabinoïdes présents dans la plante : le CBD, et son précurseur le CBDA, le cannabigerol (CBG), le THC, etc.

« Le plus grand risque, c'est que quelqu'un arrive et fasse n'importe quoi, avec des produits bourrés de THC », confie Aurélien Bernard, sans cacher son inquiétude sur les résultats de l'analyse de «60». Mais celle-ci ne révèle aucun scandale. Un seul des neuf produits contenant des traces de THC présente un taux supérieur à 0,2% : la fleur Strawberry de La Ferme du CBD, qui atteint 0,35%. Ce taux est trop faible pour que le THC ait un effet psychoactif, mais un test salivaire juste après consommation pourrait se révéler positif. Le fabricant affirme

qu'il s'agit d'une erreur, et on serait presque prêt à le croire : le THC est ce que les producteurs surveillent le plus, car c'est bien la seule donnée réglementée et contrôlée ! Côté CBD, il n'y a pas de règles et les résultats s'en ressentent.

DES TAUX PEU FIABLES OU NON AFFICHÉS

Dans les cosmétiques – auxquels le CBD est supposé apporter ses propriétés antioxydantes, hydratantes, régénérantes... –, les quantités paraissent faibles, compte tenu des

prix. La crème MyCBD, qui se dit « riche en CBD », en contient 0,25% ; celle « à haute concentration » de Hemps Pharma en renferme, d'après nos analyses, 0,80%. Quant à la crème Trompetol, son fabricant n'annonce pas de teneur en CBD, contrairement à des sites marchands qui la commercialisent, et aucun cannabinoïde n'y est détecté ! La marque Lanvia, elle, indique comme ingrédient l'extrait de *Cannabis sativa* à 1%, ce qui ne dit rien sur le taux de CBD. Il y en a probablement peu, car seuls les extraits de feuilles et graines sont autorisés en cosmétique et ils contiennent peu de CBD...

Bref : l'étiquetage est léger et, quand le taux est affiché, il n'est pas toujours fiable. Le taux mesuré est supérieur à celui annoncé dans toutes les huiles testées sauf une, et dans tous les e-liquides sauf un – surprenant, étant donné le coût de la molécule. À l'inverse, il est jusqu'à deux fois inférieur dans certaines fleurs, résines et thés ! De quoi décevoir un acheteur

MyCBD	Cibdol	Lanvia	Trompetol	Hemps Pharma
Crema hydratante riche en CBD	CBD day cream	Pea douce	HempSalve extra & tea tree CannabiComplex	Hemp balm high concentration
100 ml / 250 mg (0,25%)	50 ml / 1 000 mg (2%)	50 ml / 500 mg 1% cannabis sativa extract	30 ml	50 ml
36,30 €	19,95 €	39 €	13,50 €	48,50 €
Oui	Oui	Oui	Oui	Oui
- 4%	- 83%	> + 78%	Pas de CBD	**

Du complément au médicament

• **Le taux de cannabidiol n'est pas réglementé dans les produits de bien-être.** Une curiosité, car certains de ces produits (compléments, huiles alimentaires) sont susceptibles d'apporter des doses dites "thérapeutiques" au consommateur, sans les mentions et mises en garde qui accompagnent les médicaments à base de CBD ! Ainsi, Greeneo a beau préciser ce qui différencie son huile d'un médicament (dosage « bien moindre » de CBD et absence de THC), sa référence la plus fortement dosée contient la même concentration de CBD que le médicament Epidyolex.

ISTOCK - PHOTOS PRODUITS : FABRICE POINCELET/«60»



qui aura déboursé 225 € pour 25 g de fleurs de CBD en pensant la concentration deux fois plus élevée !

Cependant, parfois, la différence est liée à une ambiguïté : certains fabricants parlent de « CBD » pour évoquer tous les cannabinoïdes. C'est le cas de Plant of Life avec sa résine, étiquetée à 22 % de CBD alors que l'analyse qui figure au dos indique qu'il s'agit de la somme de plusieurs substances (CBD, CBDA, CBDV). C'est ce qui expliquerait l'écart du taux de CBD dans l'e-liquide Full Spectrum de Nature & CBD, d'après le fabricant.

QUID DES DOSES MAXIMALES ?

Le consommateur ne sait pas non plus ce qu'il est susceptible d'absorber. Prenons le thé : pour le Plant of Life, il est écrit « 2,5 % à 3 % de CBD ». Si c'est dans la matière sèche, quel pourcentage en attendre dans l'infusion ? D'autant que l'emballage ne précise pas que, pour extraire le CBD, il faut ajouter un corps gras (lait entier, lait de coco).

Pire, rien n'est dit sur les doses à ne pas dépasser. Quand il s'agit de choisir le dosage (10 %, 20 %, 30 %...), chaque boutique y va de son conseil.

Mais quid de la dose recommandée ? Si elle est indiquée pour l'huile Sensi Seeds (30 mg), d'autres marques, comme Hippocrate, conseillent d'augmenter la quantité par palier selon le ressenti, sans préciser de limite. Or la dose toxique pourrait être atteinte avant la dose efficace. De son côté, Nordic Oil mentionne un maximum à ne pas dépasser (50 mg/jour sur l'huile à 5 %), sans préciser la durée. Mais la dose toxique pourrait être inférieure en cas de consommation quotidienne à l'année.

Enfin, rien n'impose non plus d'alerter sur le risque de somnolence au volant, d'indiquer les risques d'interactions médicamenteuses – qui existent pourtant avec des anti-épileptiques, anticoagulants, etc. –, ni les mises en garde pour les femmes enceintes et allaitantes, ou en cas d'insuffisance hépatique.

Les e-liquides sont les produits qui affichent le plus de mises en garde et orientent vers les centres antipoison. Mais le développement de ce nouveau marché implique de mettre en place une vigilance spécifique. Le plus utile serait que sur chaque produit au CBD figure une incitation à déclarer tout événement indésirable, même non

grave, sur le site Signalement.socialsante.gouv.fr.

Le flou réglementaire actuel présente des risques pour la santé des consommateurs mais aussi pour la qualité des produits. Le Syndicat professionnel du chanvre en est conscient et le déplore. Par exemple, le contrôle de la présence de métaux lourds ou de pesticides n'est pas obligatoire. Pour les fleurs de CBD, qui représentent 85 % du marché du cannabidiol, « le principal risque est de se retrouver avec des produits contaminés », admet Aurélien Bernard. En effet, le chanvre est une plante qui tend à concentrer les polluants. Or, si des produits présentent des allégations comme « huile bio », « sans résidus de pesticides », « 5 métaux testés », etc., celles-ci reposent rarement sur une certification.

ASSURER TRANSPARENCE ET TRAÇABILITÉ

La France étant contrainte par l'arrêt Kanavape à accepter tous les produits légalement fabriqués dans l'UE, l'arrivée de marchandises en provenance de pays européens moins exigeants sur la qualité et la sécurité est à craindre. Pour faire front, « il faut une réglementation claire sur le produit fini, estime Aurélien Delecroix, président du Syndicat professionnel du chanvre, qui fixe des obligations d'étiquetage, assure une transparence complète et une traçabilité des produits et qui soit cohérente et ne valorise pas, par exemple, le CBD synthétique au détriment de celui issu du chanvre. »

Afin que les consommateurs soient correctement protégés et informés, la réglementation devra s'adapter à chaque type de produits, en tenant compte de leurs propriétés et modes de consommation spécifiques. Y compris les usages détournés, en veillant, par exemple à informer que le sachet de thé ne peut être fumé... Le chantier est énorme, mais nécessaire. •

ADELÀÏDE ROBERT

Ingénieure : MARIE-FRANCE CORRE

ISTOCK

À retenir

- ▶ Le cannabidiol (CBD) est un cannabinoïde dérivé du chanvre, sans propriétés psychoactives, contrairement au tétrahydrocannabinol (THC).
- ▶ Il est présent dans des produits destinés à être ingérés, fumés, vapotés ou à être appliqués sur la peau, sans que son taux soit réglementé. Seul celui de THC doit être inférieur à 0,2 % dans la plante, sans distinction suivant les produits et leurs usages.
- ▶ Le CBD peut être présent dans des produits de bien-être aux mêmes concentrations que dans des médicaments, mais sans être soumis aux mêmes contrôles et obligations d'étiquetage.
 - ▶ Les produits à base de CBD sont susceptibles d'être contaminés par des pesticides et métaux lourds dont le contrôle n'est pas obligatoire.
 - ▶ La réglementation française, en cours de révision, doit désormais assurer la protection et l'information des consommateurs. Elle devra s'appuyer sur des normes précisant les méthodes de tests et l'étiquetage de ces produits.