

Compléments alimentaires : automédication, quête de bien-être et chocolat à la mélatonine... Tour d'horizon d'un marché en plein boum



Santé, Nutrition, Vie pratique - conso

Publié le 24/08/2024 à 06:31

Salomé Tafforeau

Les compléments alimentaires représentent aujourd'hui un marché européen de 21,64 milliards de dollars, dont le dynamisme reflète de nouvelles problématiques en matière de santé : vieillissement de la population, développement de l'automédication ou quête de bien-être.

Les compléments alimentaires ont le vent en poupe. À l'heure actuelle, ils représentent un marché à 21,64 milliards de dollars à l'échelle européenne contre 18,4 milliards en 2013. En France, leur vente à l'officine a augmenté de 17 % en 2022 et 12 % début 2023 selon Gers Data.

Mais pourquoi un tel succès ? Le "vieillissement de la population", le "développement de l'automédication pour contrer l'accroissement des dépenses de santé" ou encore la "mode du bien-être et du mieux vivre" sont autant de facteurs déterminants selon l'ouvrage **Conception des compléments alimentaires** (Lavoisier, 2016).

A lire aussi : DOSSIER. Alerte sur les compléments alimentaires : arrêt cardiaque, AVC, décès... l'Anses avertit les sportifs sur les risques à la consommation

Chocolat à la mélatonine et gummies au magnésium

En la matière, "les promesses vitalité et sommeil sont les locomotives du marché", relève **L'observatoire des compléments alimentaires publié en 2023 par Les Échos Études**. Avec les compléments relatifs à l'équilibre digestif, ceux-ci représentent à eux seuls 33 % des parts de marché à l'officine en 2022. En parallèle des acteurs historiques du marché (Arkopharma, Havea ou P & G Health), qui domine ces secteurs classiques, de jeunes laboratoires (Mium Lab, Equilibrist, Les Bienfaits) ont su se positionner sur des demandes d'un genre nouveau.

A lire aussi : TEMOIGNAGES. Alerte sur les compléments alimentaires : "Plutôt que de manger deux steaks, je verse tout dans le shaker"

"Les produits liés à la sphère respiratoire et au cycle féminin (règles, ménopause...) sont en forte croissance", pointe ainsi l'étude des Échos, de même que ceux liés à l'équilibre émotionnel. Citons également les probiotiques, chargés de soigner notre microbiote digestif, vaginal ou cutané, qui constituent un marché de 78,91 milliards en 2024 selon la société de conseil **Mordor Intelligence**. Les compléments destinés aux consommateurs ayant un régime végétarien ou végétalien connaissent eux aussi un bel essor, de même que les compléments bio, qui représentent 10 % du marché. Tous besoins confondus, les formats gourmands ont la cote : gummies au magnésium, chewing-gum à la vitamine B ou tablettes de chocolat enrichis en mélatonine séduisent les consommateurs frileux devant les compléments à l'aspect médicamenteux.

[Voir les commentaires](#)

Découvrez Kia Niro EV, 100% électrique. Jusqu'à 460 km d'autonomie