

RIBOFLAVINE

- Date :** 16 août 2007
- Nom(s) propre(s) :** Riboflavine (Sweetman 2007; IOM 2003; O'Neil et al. 2001)
- Nom(s) commun(s) :** Riboflavine, vitamine B₂ (Sweetman 2007; IOM 2003; O'Neil et al. 2001)
- Matière(s) d'origine :**
- ▶ Riboflavine (Sweetman 2007; IOM 2003; O'Neil et al. 2001)
 - ▶ Riboflavine-5-phosphate (sel de sodium) (Sweetman 2007; IOM 2003; O'Neil et al. 2001)
- Voie(s) d'administration :** Orale
- Forme(s) posologique(s) :** Selon la voie d'administration orale, les formes posologiques pharmaceutiques sont acceptables, notamment les comprimés à croquer, les caplets, les capsules, les bandes, les pastilles, les poudres ou les liquides dont les doses sont mesurées à l'aide de gouttes, de cuillerées à thé ou à table. Les formes posologiques semblables aux aliments telles que les barres, les gommes à mâcher ou les breuvages sont exclues de cette monographie.
- Usage(s) ou fin(s) recommandés :** Énoncé(s) précisant ce qui suit :
- Général :** Contribue au maintien d'une bonne santé (IOM 2006; IOM 1998).
- Spécifique :**
- ▶ Aide l'organisme à métaboliser les glucides (hydrates de carbone), les lipides et les protéines (Groff et Gropper 2000; IOM 1998).
 - ▶ Aide à la formation des tissus (Shils et al. 2006; Groff et Gropper 2000; IOM 1998).

Propre à la dose : Pour les produits fournissant des doses quotidiennes de riboflavine égales ou supérieures à l'apport nutritionnel recommandé (ANR) (doses ajustées au groupe d'âge selon l'étape de vie), l'usage ou fin recommandé suivant est acceptable :
Aide à prévenir une carence en riboflavine (IOM 2006; Shils et al. 2006; Groff et Gropper 2000; IOM 1998).
[Note: Les carences en riboflavine sont rares en Amérique du Nord (IOM 2006; Shils et al. 2006; Groff et Gropper 2000; IOM 1998).]

Consulter l'annexe 1 pour les définitions et le tableau 2 de l'annexe 2 pour les valeurs de l'ANR.

Dose(s) :

Tableau 1 : Information sur les doses quotidiennes de riboflavine

Groupe d'âges selon l'étape de vie		Riboflavine (mg/jour)	
		Minimum ¹	Maximum ²
Enfants	1 à 3 ans	0,04	100
	4 à 8 ans	0,04	100
Adolescents	9 à 13 ans	0,04	100
	14 à 18 ans	0,08	100
Adultes ³	≥ 19 ans	0,08	100

¹ Ces doses représentent approximativement 5% de l'ANR le plus élevé (IOM 2006). Consulter l'annexe 1 pour les définitions et le tableau 2 de l'annexe 2 pour les valeurs de l'ANR.

² Ces doses maximales ont été établies selon les références suivantes : SC 2006, Boehnke et al. 2004 et FSA 2003.

³ Y compris les femmes enceintes et allaitantes.

Durée d'utilisation : Énoncé non requis.

Mention(s) de risque : Énoncé(s) précisant ce qui suit :

Précaution(s) et mise(s) en garde :
Énoncé non requis.

Contre-indications(s) : Énoncé non requis.

Réaction(s) indésirable(s) connue(s) :
Énoncé non requis.

Ingrédients non médicinaux :

Doivent être choisis parmi ceux de la version actuelle de la *Liste des ingrédients non médicinaux acceptables* de la DPSN et respecter les restrictions mentionnées dans cette liste.

Spécifications : Doivent respecter les spécifications minimales énoncées dans la version actuelle du *Compendium des monographies* de la DPSN.

Références :

Boehnke C, Reuter U, Flach U, Schuh-Hofer S, Einhaupl KM, Arnold G. High dose riboflavin treatment is efficacious in migraine prophylaxis: an open study in a tertiary care centre. *European Journal of Neurology* 2004; 11(7):475-77.

FSA 2003 : Food Standards Agency. Expert Group on Vitamins and Minerals Risk Assessment: Riboflavin. London (UK) : Food Standards Agency, EVM 2003. [Consulté le 14 juin 2007]. Disponible en ligne à : www.food.gov.uk/multimedia/pdfs/evm_riboflavin.pdf

Groff J, Gropper S. *Advanced Nutrition and Human Metabolism*, 3^e édition. Belmont (CA) : Wadsworth/Thomson Learning; 2000.

IOM 2006 : Institute of Medicine. Otten JJ, Pizzi Hellwig J, Meyers LD, éditeurs. *Institute of Medicine. Les apports nutritionnels de référence : Le guide essentiel des besoins en nutriments*. Washington (DC) : National Academies Press; 2006.

IOM 2003 : Institute of Medicine. Committee on Food Chemicals Codex, Food and Nutrition Board, Institute of Medicine. *Food Chemicals Codex*, 5^e édition. Washington (DC) : National Academies Press; 2003.

IOM 1998 : Institute of Medicine. Panel on Folate, other B Vitamins, and Choline and Subcommittee on Upper Reference Levels of Nutrients, and the Standing Committee on the Scientific Evaluation of Dietary Reference Intakes, Food and Nutrition Board, Institute of Medicine. *Dietary Reference Intakes for Thiamin, Riboflavin, Niacin, Vitamin B₆, Folate, Vitamin B₁₂, Pantothenic Acid, Biotin and Choline*. Washington (DC) : National Academies Press; 1998.

O'Neil MJ, Smith A, Heckelman PE, Budavari S, éditeurs. *The Merck Index: An Encyclopedia of Chemicals, Drugs, and Biologicals*, 13^e édition. Whitehouse Station (NJ) : Merck & Co., Inc.; 2001.

SC 2006 : Santé Canada. NHPD Expert Advisory Committee Issue Analysis Summary: What is an appropriate maximum daily dose for riboflavin? Ottawa (ON): Direction des produits de santé naturels, Santé Canada; 2006.

Shils ME, Olson JA, Shike M, Ross AC, éditeurs. *Modern Nutrition in Health and Disease*, 10^e édition. Philadelphia (PA) : Lippincott Williams and Wilkins; 2006.

Sweetman SC, éditeur. *Martindale: The Complete Drug Reference*, 35^e édition. London (UK) : Pharmaceutical Press; 2007.

Annexe 1 : Définitions

Apport nutritionnel recommandé (ANR) : Apport nutritionnel quotidien moyen permettant de répondre aux besoins de la quasi-totalité (97 à 98 %) des individus en bonne santé appartenant à un groupe donné établi en fonction de l'étape de vie et du sexe (IOM 2006).

Annexe 2 : Valeurs de l'ANR

Les valeurs de l'ANR pour la riboflavine (voir ci-dessous), dans le contexte de cette monographie :

- ▶ fournissent des valeurs de référence servant à établir les niveaux de dose appropriés en supplément;
- ▶ précisent la dose minimale pour l'utilisation de l'énoncé d'usage ou fin spécifique à la dose : « Aide à prévenir une carence en riboflavine »;
- ▶ facilitent l'étiquetage facultatif des valeurs en pourcentage de l'ANR.

Tableau 2 : Valeurs de l'apport nutritionnel recommandé en riboflavine pour un groupe donné établi selon l'étape de vie (IOM 2006)

Groupe d'âges selon l'étape de vie		Riboflavine (mg/jour)
Enfants	1 à 3 ans	0,5
	4 à 8 ans	0,6
Adolescents	9 à 13 ans	0,9
	14 à 18 ans	1,3
Hommes	≥ 19 ans	1,3
Adolescentes	9 à 13 ans	0,9
	14 à 18 ans	1,0
Femmes	≥ 19 ans	1,1
Femmes enceintes	14 à 50 ans	1,4
Femmes allaitantes	14 à 50 ans	1,6