

Adresses utiles

AFPRAL (Association Française pour la Prévention des Allergies)
<http://www.afpral.asso.fr>

AFSCA (Agence Fédérale pour la Sécurité de la Chaîne Alimentaire)
<http://www.afsca.be>

CICBAA (Cercle d'Investigations Cliniques et Biologiques en Allergologie Alimentaire)
<http://www.cicbaa.org>

CIRIHA (Centre d'Information et de Recherche sur les Intolérances et l'Hygiène Alimentaires)
<http://www.ciriha.org>

EUFIG (Conseil Européen de l'Information sur l'Alimentation - European Food Information Council)
<http://www.eufig.org>

FEVIA (Fédération de l'Industrie Alimentaire)
<http://www.fevia.be>

Kind & Gezin <http://www.kindengezin.be>

NUBEL a.s.b.l. <http://www.nubel.com>

ONE (Office de la Naissance et de l'Enfance)
<http://www.one.be>

Prévention des allergies a.s.b.l.
<http://www.oasis-allergies.org>

UPDLF (Union Professionnelle des Diplômés en Diététique de Langue Française)
<http://www.updlf-asbl.be>

VBVD (Vlaamse Beroepsvereniging van Voedingsdeskundigen en Diëtisten)
<http://www.dietistenvereniging.be>

Réalisation : CIRIHA

(Centre d'Information et de Recherche sur les Intolérances et l'Hygiène Alimentaires)

Tél./Fax : +32 (0)2 526 74 95

<http://www.ciriha.org>

Courriel : gdufourny.ciriha@heldb.be

Coordination : Ghislaine Dufourny

Rédaction : Caroline Etienne, Charlotte Nicolas

Editeur responsable :

© 2012, Haute Ecole Lucia de Brouckère - CIRIHA
Département de diététique et de nutrition appliquée
Avenue E. Gryzon 1, bâtiment 4C, r.d.c. - 1070 Bruxelles



Centre d'Information et de Recherche sur les Intolérances et l'Hygiène Alimentaires



Avec le soutien du

Service Public Fédéral (SPF) Santé Publique, Sécurité de la Chaîne Alimentaire et Environnement

DG Animaux, Végétaux et Alimentation -
Service Denrées alimentaires,
Aliments pour Animaux
et autres Produits de Consommation

Eurostation II - 7ème étage
Place Victor Horta 40, boîte 10
1060 Bruxelles

Téléphone: +32 (0)2 524 73 51/52

Fax: +32 (0)2 524 73 99

Courriel: apf.food@health.fgov.be



service public fédéral
**SANTÉ PUBLIQUE,
SÉCURITÉ DE LA CHAÎNE ALIMENTAIRE
ET ENVIRONNEMENT**



Centre d'Information et de Recherche sur les Intolérances et l'Hygiène Alimentaires



Service Public Fédéral
**Santé Publique,
Sécurité de la Chaîne Alimentaire
et Environnement**



HAUTE ECOLE
Lucia de Brouckère

Les intolérances alimentaires

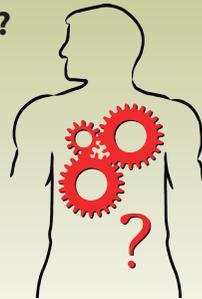


Les intolérances alimentaires

*Une intolérance alimentaire est une réaction provoquée par une substance présente dans un aliment et n'est pas d'origine immunitaire.
Elle apparaît chez des personnes hypersensibles.*

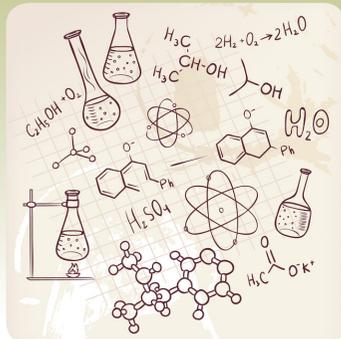
QUE SE PASSE-T-IL DANS LE CORPS ?

Les intolérances alimentaires peuvent être dues à une diminution de la capacité ou une impossibilité à digérer une substance (ex. intolérance au lactose) ou à d'autres mécanismes plus complexes.



Les **SYMPTOMES** de l'intolérance alimentaire peuvent être similaires à ceux de l'allergie alimentaire. Ils sont principalement digestifs, c'est-à-dire qu'ils se situent au niveau de l'estomac et des intestins : douleurs abdominales, vomissements, crampes, ballonnements, diarrhées...

Il arrive cependant qu'une personne intolérante ne présente aucun symptôme ! L'intensité des symptômes varie en fonction de la quantité de la substance consommée.



Comme pour l'allergie alimentaire, le **DIAGNOSTIC** de l'intolérance alimentaire commence par un interrogatoire recherchant le rôle d'un aliment ou d'une substance dans l'apparition de symptômes. Une exclusion de l'aliment / substance suspecté(e) pendant quelques semaines, suivie de sa réintroduction, pourra être effectuée afin de confirmer l'implication de cet aliment / cette substance.

Parfois, d'autres tests sont nécessaires. Ceux-ci sont différents des tests pratiqués pour diagnostiquer une allergie alimentaire. En fonction de la substance suspectée, il peut notamment s'agir de tests respiratoires, comme le test à l'hydrogène pour diagnostiquer l'intolérance au lactose, ou encore d'une biopsie intestinale.

DE NOMBREUX ALIMENTS / SUBSTANCES PEUVENT ETRE RESPONSABLES D'INTOLÉRANCES.

On retrouve notamment : le lactose du lait de vache, les sulfites, l'histamine, la tyramine...