

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>

EUFC (Conseil Européen de l'Information sur l'Alimentation - European Food Information Council)
<http://www.eufic.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. Gyzon 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

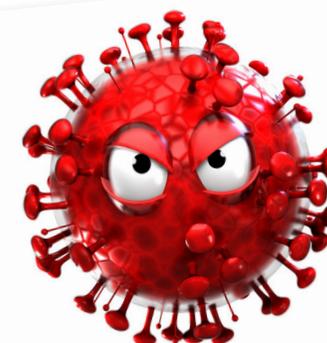
Téléphone: +32 (0)2 524 73 51/52

Fax: +32 (0)2 524 73 99

Courriel: apf.food@health.fgov.be



Les allergies alimentaires



Les allergies alimentaires

Une allergie alimentaire est une réaction du système de défense de l'organisme (système immunitaire) envers une substance présente dans un aliment, appelée allergène alimentaire. Elle se produit chez des personnes prédisposées.

On parlera d'allergie croisée quand une personne allergique à une substance (ex. pollen) peut réagir à une autre substance qui possède des caractéristiques semblables (ex. fruits et légumes). Mais ce n'est pas parce que l'on souffre d'une allergie au pollen que l'on réagira forcément aux aliments impliqués dans ces réactions croisées.

QUE SE PASSE-T-IL DANS LE CORPS ?

Il y a tout d'abord ce que l'on appelle une phase de sensibilisation : lors d'une première exposition à un allergène, le système immunitaire de l'organisme d'une personne prédisposée fabrique des anticorps (substances défensives), appelés immunoglobulines, contre ce dernier. Au cours de cette étape, aucun symptôme n'apparaît. Lors d'un contact ultérieur, le système immunitaire va reconnaître l'allergène et réagir contre lui. La personne allergique voit alors divers symptômes apparaître !



Les **SYMPTOMES** de l'allergie alimentaire sont variables et peuvent toucher différents endroits du corps avec plus ou moins de gravité et plus ou moins de rapidité. Le plus souvent, on observe les symptômes :

- cutanés : eczéma, urticaire...
- respiratoires : éternuements, toux, asthme...
- digestifs : diarrhée, nausées, vomissements...

D'autres signes cliniques plus critiques et parfois fatals peuvent survenir : il s'agit des œdèmes (gonflement des tissus) et/ou du choc anaphylactique (réaction allergique très grave nécessitant un traitement d'urgence). Ces réactions sévères et généralisées peuvent associer des symptômes cutanés, respiratoires, cardio-vasculaires et gastro-intestinaux.



Le **DIAGNOSTIC** d'une allergie alimentaire est réalisé par un médecin spécialiste, un allergologue, parfois avec l'aide d'un diététicien. Il repose sur un interrogatoire détaillé qui s'attache à rechercher des manifestations liées à la consommation de l'aliment.

Il se poursuit par la recherche d'anticorps spécifiques de l'aliment (IgE spécifiques) par la réalisation de tests cutanés et/ou d'une prise de sang. Les tests cutanés consistent à déposer sur la peau du dos ou de l'avant-bras une goutte de la solution allergénique (extrait commercial de l'aliment ou aliment frais) et de piquer à travers celle-ci à l'aide d'une pointe plastifiée.

L'apparition d'une induration après 15 minutes signe une réaction. La positivité de ces deux tests signifie que l'individu est sensibilisé, c'est-à-dire qu'il a des anticorps contre l'aliment mais pas nécessairement qu'il y est allergique.

Lorsque le diagnostic est incertain, il est nécessaire de recourir au test de provocation orale. Ce test consiste à ingérer des doses progressivement croissantes de l'aliment et à observer la survenue de réactions. Il est réalisé à l'hôpital sous la surveillance d'un personnel entraîné et est le seul test qui permet de confirmer l'existence d'une authentique allergie alimentaire. Un test de provocation labiale peut aussi démontrer la présence d'une réaction clinique à l'aliment.

DE NOMBREUX ALIMENTS PEUVENT ETRE RESPONSABLES D'ALLERGIES.

On retrouve notamment: le lait de vache, les œufs, les arachides, les fruits à coque, les crustacés, les poissons, le soja...