

Au menu - Le point sur... : L'allergie alimentaire - **Mieux comprendre** : L'étiquetage des allergènes - **Initiatives** : Création d'un Ministère de l'Alimentation - Publication des résultats d'INCA 2 - **Engagements et actions de l'industrie alimentaire** : Programme Alimentation et Insertion - Guide ANIA de recommandation sur l'étiquetage nutritionnel.

Le point sur...

L'allergie alimentaire

L'allergie alimentaire est une réaction exagérée du système immunitaire (le système de défense de l'organisme) à un composant de l'alimentation qu'il considère à tort comme un intrus (agresseur). L'allergène alimentaire est généralement une protéine ou une séquence protéique (épitope). Les personnes allergiques ont une prédisposition génétique.

Des symptômes et conséquences variés

Les manifestations de l'allergie sont nombreuses et d'intensité variable selon les individus.

Certaines, heureusement très rares (œdème de Quincke, choc anaphylactique) peuvent conduire au décès.

Plus couramment on distingue trois types de symptômes :

- Gastro-intestinaux : nausées, vomissements, crampes, douleurs abdominales, diarrhées...
- Dermatologiques : urticaire, eczéma, démangeaisons, aphtes, prurit et gonflement des lèvres.
- Respiratoires et oculaires : éternuements, rhino-conjonctivite, toux, asthme...

Une fréquence en augmentation en France

L'allergie alimentaire semble être en augmentation depuis quelques années en France (diversification trop précoce, modification de l'environnement alimentaire, théorie hygiéniste, meilleure détection...). Elle toucherait environ 3 français sur 100. Si elle peut apparaître à tout âge, elle reste cependant plus fréquente chez l'enfant de moins de 15 ans ; 6 à 8 enfants sur 100 seraient concernés.

Un nombre d'aliments impliqués relativement faible

On estime que 90 % des allergies alimentaires correspondent à sept aliments principaux : œuf, arachide/cacahuète, lait, fruits à coque, blé, poisson, crustacés (et soja aux Etats-Unis).

- **Chez les moins de 15 ans**, en France, l'œuf est le premier allergène par ordre de fréquence (34 % des cas) suivi par l'arachide (25 %), le lait (8 %) et le poisson (5 %). Viennent ensuite les crustacés et mollusques, et les allergènes d'origine végétale : groupe noix, blé, légumineuses (soja...), kiwi, moutarde... L'ordre diffère avec l'âge.

- **Chez l'adulte**, les allergènes d'origine végétale occupent une place prépondérante : fruits du groupe latex (avocat, banane, châtaigne, kiwi, figue...), rosacées (fraises, framboises, poires, pommes...), fruits secs à coque (noix, noisettes...), prunoidés (pêches, amandes, abricots, cerises, prunes...), apiacés/ombellifères (aneth, carottes, coriandre, céleri, anis, fenouil, persil...).

La quantité minimale d'aliment déclenchant l'allergie est très variable d'une personne à l'autre. Certaines peuvent réagir à des traces, de l'ordre du microgramme (souvent le cas pour l'arachide).

Diagnostic, traitement et pronostic de guérison

Le diagnostic, réalisé par un allergologue, repose sur un interrogatoire et un examen clinique minutieux complétés par une enquête alimentaire, des tests (cutanés et/ou de provocation) et des dosages biologiques (immunoglobuline ou IgE...).

La prise en charge repose essentiellement sur l'exclusion complète (éviton) des aliments pouvant contenir l'allergène incriminé, d'où l'importance de l'étiquetage (cf. Mieux comprendre).

Le pronostic de guérison est variable selon l'allergène et l'âge. En simplifiant, on peut distinguer les allergies qui diminuent avec l'âge (plutôt d'origine animale : œuf, lait, poisson) ; augmentent avec l'âge (plutôt d'origine végétale : ombellifères, rosacées, groupe latex) ; se maintiennent avec l'âge (arachide, noix diverses).

Ne pas confondre allergie et intolérance

L'allergie implique un mécanisme immunologique alors que l'intolérance est une réaction liée à un déficit enzymatique. Ainsi, on confond souvent l'allergie aux protéines du lait de vache et l'intolérance au lactose (le sucre du lait) car leurs symptômes peuvent se confondre lorsqu'ils sont digestifs. Cependant, en cas d'allergie, tous les produits laitiers doivent être exclus de l'alimentation alors que la plupart des personnes intolérantes au lactose peuvent continuer à consommer des produits laitiers sans problème (yaourts et fromages affinés notamment).

Mieux comprendre

L'étiquetage des allergènes

L'étiquetage des allergènes est essentiel pour permettre aux personnes allergiques de choisir les denrées alimentaires appropriées.

Les réglementations communautaire et française rendent obligatoire l'étiquetage de quatorze allergènes majeurs :

Céréales contenant du gluten et produits à base de céréales contenant du gluten ; crustacés et produits à base de crustacés ; œufs et produits à base d'œufs ; poissons et produits à base de poissons ; arachides et produits à base d'arachides ; soja et produits à base de soja ; lait et produits laitiers (y compris lactose) ; fruits à coque et produits dérivés ; graines de sésame et produits à base de graines de sésame ; sulfite en concentrations d'au moins 10 mg/kg ; céleri ; moutarde ; lupin et produits dérivés ; mollusques et produits dérivés.

L'obligation vaut tant pour les ingrédients allergènes directement mis en œuvre que pour les allergènes présents via des substances normalement exemptées d'étiquetage (ingrédients définis par la réglementation et présents à moins de 2% dans le produit fini, auxiliaires technologiques,...).

Les mentions du type "peut contenir", "présence possible de",... que l'on trouve parfois sur l'étiquetage des denrées alimentaires ne sont pas encadrées par la réglementation. Cet étiquetage de prévention est destiné à informer les consommateurs du risque de présence fortuite d'un allergène majeur dans la denrée. Il s'agit d'une démarche volontaire des opérateurs, qui analysent et évaluent les risques de contamination et prennent les mesures pour réduire ces risques. Cet étiquetage ne vient qu'en dernier recours pour informer au mieux les consommateurs.

Création d'un Ministère de l'Alimentation

Lors du remaniement gouvernemental consécutif aux élections européennes, Monsieur Bruno Le Maire a été nommé **Ministre de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Pêche**. L'évolution d'intitulé du ministère mentionne désormais, en bonne place, la notion d' "alimentation", dont l'agriculture et la pêche ne sont aujourd'hui qu'une des dimensions. La France, reconnue pour son modèle alimentaire, son savoir-faire et la qualité de ses produits alimentaires devait légitimement se doter d'un ministère dédié à son alimentation.

Rappelons en effet que l'industrie agroalimentaire française est le 1^{er} secteur industriel français en termes de chiffre d'affaires (162,9 milliards d'euros en 2008) avec plus de 10 000 entreprises, dont 97% de PME. Nous sommes également le 1^{er} partenaire du milieu agricole français avec l'emploi de 70% des ressources agricoles françaises et le 1^{er} exportateur mondial de produits transformés, devant les Etats-Unis.

Publication des résultats de l'enquête INCA 2

L'AFSSA vient de publier les résultats de la deuxième Enquête Nationale Individuelle des Consommations Alimentaires (INCA 2) menée entre fin 2005 et avril 2007.

Les données d'INCA 2 permettent de suivre l'évolution des consommations en France, en particulier en comparant les données à celles de l'étude INCA 1 (1998-1999).

Cette étude est également indispensable aux travaux de recherche et d'évaluation des risques et permet de connaître les apports nutritionnels de la population française.

L'actualité de notre prochaine Lettre Nutrition sera consacrée aux principaux résultats et enseignements de cette enquête.

<http://www.afssa.fr/PN6901.htm>

Engagements et actions de l'industrie alimentaire

Le Programme Alimentation et Insertion

Depuis 2003, le Programme Alimentation et Insertion, réalisé en coordination avec les pouvoirs publics, les associations d'aide alimentaire et trois entreprises mécènes représentées par l'ANIA (la Fondation Nestlé France, Kraft Foods et Eurogerm), répond aux enjeux liés à l'alimentation et à l'insertion des personnes en situation de précarité, en leur donnant quelques clés pour adopter les bons comportements alimentaires et s'orienter vers une hygiène de vie équilibrée. Concrètement depuis 6 ans, 1,9 millions de calendriers proposant des recettes faciles à cuisiner,



nutritionnellement équilibrées et réalisables à petits prix ont été distribués aux bénéficiaires de l'aide alimentaire, 138 000 affiches d'information nutritionnelle ont été apposées dans les locaux des associations, et 18 000 guides de formation sur la nutrition ont été mis à disposition des bénévoles !

Si vous souhaitez rejoindre ce programme pour nous aider à développer de nouveaux outils, contactez :

Katia Wozniak – kwozniak@ania.net

Guide ANIA de recommandations sur l'étiquetage nutritionnel

Dans le courant de l'année 2010, la Commission européenne adoptera un règlement européen qui devrait rendre obligatoire l'étiquetage nutritionnel. Depuis plusieurs années déjà, l'ANIA s'est engagée à inciter les entreprises de l'agroalimentaire françaises à mettre en œuvre, de manière volontaire, un étiquetage nutritionnel.

Si aujourd'hui plus de 80% des produits ont un tel étiquetage, cet exercice suscite pour de nombreuses entreprises, un grand nombre de questions

pratiques et d'interrogations : quels sont les différents types d'étiquetage ? En quelle unité exprimer les teneurs en vitamines et minéraux ?

Comment calculer un étiquetage nutritionnel à partir d'une table de composition ?

Pour répondre à ces questions, l'ANIA a rédigé un guide de recommandations disponible pour les entreprises de l'agroalimentaire sur simple demande auprès de Sylvie Pillon – spillon@ania.net