



22.03.2011 - 12:00 Uhr

Lorsque manger rend malade

Berne (ots) -

Les allergies et les intolérances alimentaires sont en recrudescence et l'on en parle de plus en plus dans les médias. Elles sont le point de mire de la 3e Journée Nationale de l'Allergie, qui aura lieu le samedi 26 mars. Ce jour-là, le Centre suisse pour l'allergie, la peau et l'asthme (aha!) est présent dans cinq villes de Suisse pour informer et donner des conseils sur ce sujet complexe. Les personnes intéressées peuvent faire un test gratuit de leur risque d'allergie grâce à la présence d'une équipe médicale spécialisée. La Journée Nationale de l'Allergie se déroule sous le patronat de l'Office fédéral de la santé publique.

On désigne communément par allergie toute réaction alimentaire, sans faire de distinction entre les incompatibilités alimentaires qui ne sont que des intolérances et pas des allergies. Ce qui différencie les intolérances des allergies, c'est qu'aucun mécanisme immunologique n'en est la cause. Quand on parle de maladie coeliaque, il s'agit d'une intolérance au gluten contenu dans les céréales, quant à l'intolérance au lactose, c'est une intolérance au sucre de lait. Les intolérances aux additifs, comme les produits de conservation ou les exhausteurs de goût, ne sont pas des allergies au sens propre du terme. On ne peut pas déceler les intolérances par des tests, néanmoins elles présentent fréquemment des symptômes similaires aux intolérances alimentaires déclenchées par des allergènes.

L'allergie alimentaire relève d'une réaction de défense du corps, d'origine immunologique, à des composants alimentaires au demeurant inoffensifs. Les facteurs déclenchants, les allergènes, sont le plus souvent des protéines animales ou végétales. Les petits enfants réagissent fréquemment au lait de vache et aux oeufs de poule. En plus des prédispositions génétiques, le développement incomplet des systèmes immunitaire et digestif pourrait en être la cause. L'allergie alimentaire de l'enfant d'âge scolaire et de l'adulte est généralement associée à un rhume des foins, c'est ce que l'on appelle une réaction croisée: La raison: Le système immunitaire «confond» les protéines issues des pollens et celles des aliments végétaux, qui, toutes deux, ont la même structure. Les experts estiment que plus de la moitié des personnes allergiques aux pollens, soit près d'un demi million d'êtres humains, souffrent de réactions croisées alimentaires ou en développeront une au cours des prochaines années.

Les allergies alimentaires touchent en Suisse entre 5 et 8% des enfants et 4% des adultes. A l'âge adulte, les principaux déclencheurs d'allergies sont les pommes, les noisettes et les noix, les kiwis, le céleri et les carottes. D'autres allergènes importants sont le soja, les cacahuètes, le sésame, le poisson, les coquillages, l'avocat, les tomates, les épices, comme le paprika, la coriandre ou l'aneth. Les allergies alimentaires ont progressé ces dernières années. Les raisons en sont multiples: On parle des conséquences sur l'organisme humain des diverses influences de l'environnement, la disponibilité sur le marché d'aliments de plus en plus exotiques et, entre autres, du style de vie "stérile" de nos enfants. Un autre facteur est la recrudescence des allergies aux pollens.

Les symptômes caractéristiques des allergies alimentaires sont des maux d'estomac et des maux de ventre, des vomissements, des gonflements au niveau du visage, de la bouche et de la gorge, des éruptions cutanées et des problèmes respiratoires. Dans des cas extrêmes, un collapsus circulatoire mettant la vie en danger peut survenir. Des personnes très sensibles réagissent déjà à des doses d'allergènes à peine mesurables. Les statistiques en Suisse mentionnent 200 états de choc et un décès par année. Plusieurs approches permettent de diagnostiquer une allergie alimentaire. En premier lieu un auto-examen. Le spécialiste effectue par la suite des tests cutané et sanguin, éventuellement aussi un test de provocation: Une préparation allergène «masquée» est administrée, puis la réaction observée.

Jusqu'à présent, la seule façon de traiter une allergie alimentaire est de renoncer complètement à l'aliment allergisant. C'est pourquoi, il faut particulièrement faire attention aux mélanges et aux impuretés lors de la préparation des mets. Des personnes sujettes à des réactions alimentaires croisées tolèrent mieux certains aliments lorsqu'ils sont cuits.

La législation suisse est très sévère en matière de marquage des allergènes sur le conditionnement des aliments. Une série d'ingrédients, susceptibles de déclencher des allergies ou d'autres réactions indésirables, doivent impérativement être déclarés: en tant qu'ingrédient, partie d'un mélange d'ingrédients ou s'ils sont contenus dans un additif. Les mélanges involontaires doivent également être mentionnés. Le devoir de déclaration est valable

tant pour les aliments emballés que pour les aliments en vente libre ou pour la gastronomie. Ainsi les prescriptions en vigueur depuis quelques années aident les personnes allergiques dans leur vie de tous les jours. Elles ont aussi donné aux producteurs alimentaires de nouveaux défis à relever. A l'avenir, une gamme de produits toujours plus large sera mise à disposition du nombre grandissant de personnes souffrant d'intolérance alimentaire. Les produits particulièrement appropriés, dont le procédé de fabrication a été vérifié par des organismes de certification indépendants, pourront recevoir le label allergie suisse (www.service-allergie-suisse.ch).

Informations détaillées sur les thèmes «allergie et intolérance alimentaire» et «réactions croisées à des aliments» comme pdf sous: www.ahaswiss.ch/medias

Journée Nationale de l'Allergie, 26 mars 2011

Le Centre suisse pour l'allergie, la peau et l'asthme (aha!) sera présent dans cinq hypermarchés le 26 mars avec des stands d'information. De 10 heures à 16 heures, les personnes concernées et intéressées peuvent se faire conseiller par une équipe médicale spécialisée ou faire un test gratuit de leur risque d'allergie.

Zurich MMM Neumarkt Altstetten, Altstetterstr. 145

Bâle MParc Dreispitz, Münchensteinstrasse 200

Frauenfeld Einkaufszentrum Passage, Bahnhofplatz 70-72

Nyon Centre commercial La Combe, Rue de la Morâche 6

Sant'Antonino MMM Sant'Antonino, Via Serrai 5

Contact:

aha! Centre suisse de l'allergie, la peau et l'asthme

Scheibenstrasse 20

3014 Berne

Tél.: +41/31/359'90'00

E-Mail: info@ahaswiss.ch

Internet: www.ahaswiss.ch

Annelise 9

320. (responsable médias)

Tél.: +41/31/359'90'40

Mobile: +41/79/351'31'66

E-Mail: annelise.lundvik@ahaswiss.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000124/100621342> abgerufen werden.