

29.07.2025 – 08:00 Uhr

De plus en plus d'enfants sont allergiques aux noix de cajou

Bern (ots) -

Près d'un quart des allergies alimentaires sont dues aux noix. Depuis peu, les noix de cajou provoquent souvent des réactions graves chez les enfants. Sans doute en raison de leur utilisation toujours plus fréquente.

Sous forme d'en-cas salé ou cachée dans de la farine sans gluten et du lait végétal : la noix de cajou est très tendance. Originaires du Brésil et riches en protéines, elles sont moins grasses et plus caloriques que les autres noix. Au fait : les noix de cajou ne sont en réalité pas des noix, mais les graines d'un fruit.

Leur popularité croissante se reflète également dans une récente étude sur les allergies aux noix. L'analyse du registre européen de l'anaphylaxie a révélé une augmentation notable des réactions allergiques graves aux noix de cajou chez les jeunes enfants.

Quelque 142 centres d'allergologie de différents pays alimentent régulièrement cette base de données en signalant leurs cas d'anaphylaxie. Il s'agit de réactions violentes du système immunitaire à certains déclencheurs tels que des aliments, des médicaments ou du venin d'insectes. Elles provoquent notamment des éruptions cutanées, des gonflements et des difficultés respiratoires pouvant aller jusqu'au choc anaphylactique, avec potentielle défaillance de l'ensemble du système cardiovasculaire. Cela peut s'avérer mortel dans certains cas.

Un simple contact avec la peau peut suffire

Une équipe de recherche internationale vient d'analyser toutes les anaphylaxies liées à l'alimentation enregistrées entre 2007 et 2024. Il en ressort que près de 25 % des quelque 6000 cas étaient dus à des noix issues d'arbres. Cela inclut notamment les noix, amandes et noisettes. Mais pas les cacahuètes, qui poussent sous terre, mais qui sont également souvent associées à des réactions anaphylactiques sévères chez les enfants.

Karin Hartmann, soutenue par le FNS pour ses recherches sur les maladies allergiques, a également pris part à cette étude. Elle est médecin-chef du service d'allergologie et médecin-chef adjointe du service de dermatologie à l'Hôpital universitaire de Bâle. Elle dirige également des groupes de recherche au sein des départements de recherche clinique et de biomédecine à l'Hôpital universitaire de Bâle et à l'Université de Bâle.

Les scientifiques du registre européen de l'anaphylaxie ont examiné de près environ 1000 cas bien documentés d'allergies aux noix. " Le registre nous permet de réunir un grand nombre de cas, même pour les allergies moins fréquentes. Nous disposons ainsi de suffisamment de données pour étudier séparément des sous-groupes, tels que les adultes et les enfants ", explique Karin Hartmann.

Le résultat le plus surprenant : chez les enfants, âgés pour la plupart de moins de cinq ans, l'anaphylaxie était due aux noix de cajou dans plus de 40% des cas. Un tiers d'entre eux ont même réagi à des quantités inférieures à une cuillère à café. Plus rarement, le simple contact avec la peau ou l'inhalation suffisait à déclencher la crise.

La noix de cajou détrône les variétés locales

Jusqu'à présent, les études sur les réactions allergiques sévères aux noix poussaient sur les arbres se concentraient sur les espèces locales, telles que les noisettes ou les noix. Celles-ci occupent désormais la deuxième et troisième place chez les enfants. L'augmentation des cas d'allergies aux noix de cajou s'explique très probablement par leur consommation croissante au cours des dernières décennies. Elles sont souvent cachées dans des produits tels que le pesto, ou utilisées volontairement comme source de protéines végétales.

" Bien plus d'enfants qu'auparavant sont ainsi exposés très tôt aux noix de cajou. " Comme pour de nombreuses allergies aux noix, le déclencheur est une protéine de stockage présente en grande quantité.

Des études confirment que le système immunitaire des enfants réagit particulièrement violemment à cette protéine contenue dans la noix de cajou. Les anaphylaxies sont même plus fréquentes qu'avec une allergie aux arachides. Et des quantités moindres par rapport aux cacahuètes peuvent déclencher une crise. Chez les adultes, en revanche, les allergies aux noix de cajou jouent un rôle minime dans les cas documentés par le registre européen. Le système immunitaire mature y est manifestement moins sensible. Les noisettes constituent les principaux déclencheurs, avec plus de 40% des cas, suivies des noix et des amandes.

Rendre les injections d'adrénaline plus accessibles

Karin Hartmann estime cependant qu'il ne faut pas empêcher d'emblée les enfants de consommer des noix de cajou par crainte d'une réaction anaphylactique. " D'un point de vue diététique, les noix sont une source précieuse de nutriments. " Moins de 1 % de la population européenne développe une allergie aux noix poussant sur les arbres. Et seule une fraction présente d'importantes réactions, telles que l'anaphylaxie.

La chercheuse recommande de consulter un médecin en cas de suspicion d'allergie aux noix. Les spécialistes déterminent le type et la quantité de noix qui déclenchent une réaction et dispensent des conseils personnalisés pour y faire face. Il n'est pas recommandé aux parents d'essayer d'établir eux-mêmes un régime alimentaire pour leurs enfants sans avis médical. En raison d'un risque de carences. Dans les cas graves, il est parfois possible de recourir à l'immunothérapie : le corps est progressivement habitué à des doses de plus en plus importantes de la protéine allergène. Le tout sous surveillance médicale.

L'utilisation rapide d'une seringue préremplie d'adrénaline aide en cas de choc anaphylactique. Les conclusions de l'étude indiquent une marge de progression : moins de la moitié des personnes déjà en possession d'une ordonnance pour ce médicament l'ont utilisé en cas d'urgence. L'étude n'a pas pu en déterminer les raisons, mais chez les personnes sans formation médicale, la peur de se faire ou de faire une injection pourrait y être pour quelque chose.

Or, cela devrait bientôt changer. Selon Karin Hartmann, un spray nasal à base d'adrénaline sera commercialisé d'ici peu. Les études attestent d'une efficacité comparable. Cette nouveauté pourrait réduire les réticences liées à l'utilisation. Et rendrait les allergies aux noix encore moins effrayantes.

[\(*\) V. Höfer et al.: A Growing Concern for Cashew and an Unexpected Risk From Almonds: Data From the Anaphylaxis Registry. Allergy \(2025\)](#)

Le texte de cet actu et de plus amples informations sont disponibles sur [le site Internet](#) du Fonds national suisse.

Contact:

Karin Hartmann
Responsable du service d'allergologie
Médecin-chef adjointe du service de dermatologie
Hôpital universitaire de Bâle
Burgfelderstrasse 101
4055 Bâle
Tél.: +41 61 265 40 98
E-mail: allergologie@usb.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100002863/100933718> abgerufen werden.