Comment vivre au quotidien l'allergie alimentaire ?

7 juillet 2016

Un colloque (diaporamas et vidéos en ligne) s'est tenu le 17 juin dernier, organisé par l'Inra sur le thème des allergies, intolérances et hypersensibilités alimentaires. Un panorama assez complet a été présenté sur ces pathologies dont l'incidence augmente depuis 20 ans dans les pays occidentaux, pour atteindre aujourd'hui 3 à 4 % de la population, et 6 % des jeunes enfants. Les syndromes, liés à des déficits dans les mécanismes de tolérance immunitaire, résultent de réponses adverses à une ingestion alimentaire. Leur intensité et leur gravité, extrêmement variables, vont du simple inconfort digestif au choc anaphylactique fatal. Cette augmentation de la prévalence des allergies pourrait être liée à des facteurs extrinsèques, environnementaux ou industriels.

Objet d'une intervention, le projet MANOE (Maîtrise Allergène NutritiOn Enfant) a étudié la tolérance de petites doses d'allergènes chez des enfants allergiques (arachide, œuf, lait ou blé). Le principe consistait à évaluer les méthodes de dosage des produits alimentaires en ajoutant les allergènes, à différents seuils, à des produits alimentaires en cours de production, puis à analyser les produits finis. Les conclusions de cette étude démontrent que des seuils réglementaires de réactivité pour la gestion du risque allergène pourraient convenir à la plupart des consommateurs allergiques, hormis un faible pourcentage (de 1 à 5 %) de patients hyper-allergiques devant obligatoirement s'astreindre à un régime alimentaire très contrôlé.

La complexité de vie au quotidien des personnes concernées a également été abordée par l'Association française des intolérants au gluten, qui a décrit un vécu impliquant des prises alimentaires « à risque », le gluten pouvant se trouver en traces infimes dans un grand nombre de produits. Cela conduit souvent à une routine alimentaire basée sur quelques produits « sûrs », et impacte la vie sociale des personnes (en particulier des enfants scolarisés), souvent écartées des repas en collectivité.

Ainsi que le souligne une équipe de recherche de l'INRA (cf. session 3 du colloque), le phénomène des allergies et intolérances alimentaires est en constante évolution et probablement appelé à se développer, compte tenu notamment de l'apparition de « nouveaux aliments » et de nouveaux process.

Madeleine Lesage, Centre d'études et de prospective

Source : Inra