

ALLERGIES À L'ARACHIDE ET AUX FRUITS À COQUES

Fiche DSASS

L'ensemble des fruits à coques regroupe : **arachides (cacahuètes), amandes, noisettes, noix, noix de cajou, noix de Pécan, noix du Brésil, noix de Macadamia, noix du Queensland, pistaches, noix de Nangail, pignon, châtaigne.**

Toutes les formes de ces fruits à coque peuvent causer des réactions allergiques chez un sujet sensibilisé :

- **Fruits à l'état visible,**
 - éclats, poudre, pâte,
 - extraits,
 - trace,

et même l'huile qui peut contenir des traces.

La susceptibilité à la quantité d'allergène nécessaire pour entraîner des symptômes varie d'un sujet à l'autre. Cela peut aller d'une réaction succédant à un simple effleurement cutané à la consommation d'un produit contenant des traces et masquées dans une préparation culinaire.

Cette allergie peut entraîner des réactions variables, diverses, isolées ou associées, en fonction de sa gravité :

- **Démangeaison du voile du palais, du nez, des yeux,**
- **Nausée, vomissements, colique,**
- **Rhinite, conjonctivite,**
- **Oppression respiratoire, asthme,**
- **Crise d'urticaire autour de la bouche, localisée à d'autres parties du corps, ou diffuse,**
- **Œdème de Quincke,**
- **Choc anaphylactique.**

Les préconisations qui suivent concernent l'ensemble des fruits à coque en raison du risque de contamination par tout type de fruit à coque dans les chaînes de fabrication et de conditionnement des produits alimentaires de cette famille.

Conduite à tenir en restauration

Les aliments avant et après cuisson seront enveloppés sous cellophane et placés dans un des compartiments du réfrigérateur, réservé à l'usage de l'enfant allergique, ainsi que sa vaisselle et ustensiles de cuisine, afin qu'il n'y ait pas de risque de projection et de contact avec les plats de ses camarades.

ATTENTION : Lire la composition sur chaque paquet acheté, la composition pouvant varier d'un paquet à l'autre au gré du fabricant.

Au moindre doute, quant à la composition d'un aliment, ne pas donner à l'enfant.

Pas de participation à une activité cuisine qui comporterait l'un des aliments interdits cités ci-dessous. Le contact d'un aliment interdit est parfois tout aussi dangereux.

L'enfant allergique ne doit pas toucher ou inhaler ces aliments, aussi ne devrait-il pas y avoir sur le Centre des Chips ou mélanges apéritifs.

Si une sortie est organisée, l'animateur devra être muni d'un téléphone portable, du protocole d'urgence et du traitement.

Propositions de régime alimentaire d'éviction

Concernant l'allergie alimentaire aux fruits à coque, l'alimentation sera standard.
On évitera les produits auquel font référence la liste et le tableau en dernière page.

Les aliments suivants contiennent et peuvent contenir des fruits à coques

- Crèmes dessert pralinée et aux marrons, fromages aux noix,
- Lait d'amande, lait de châtaigne,
- Charcuteries : saucissons, saucisses, pâtés, mortadelles (pistache),
- Pains spéciaux,
- Céréales pour petit déjeuner, Muesli,
- Barres de céréales et barres chocolatées contenant des amandes et noisettes, chocolat aux noisettes, amandes... chocolat praliné,
- Eclats de noisettes et d'amandes sur les enrobages de glaces,
- Nougats, pralines, dragées et chocolats aux noisettes, amandes, noix...
- Pâtes à tartiner de type Nutella,
- Les gâteaux à la frangipane, au pralin, avec des décors de pâtes d'amandes,
- Mélanges pour salades avec des noix,
- La crème de marron, biscuits à la farine de châtaigne,
- Huiles de noix, huile de noisettes,
- Apéritif à base d'amande (Marsala),
- Mélanges fruits oléagineux et biscuits d'apéritifs.

Certains fruits à coques peuvent entrer dans la composition de plats cuisinés et sauces : plats asiatiques, tajines, taboulés, sauces au pesto, sauces tomates italiennes...

ATTENTION : aux produits dermatologiques et cosmétiques qui peuvent contenir des huiles ou des protéines de fruits à coques.

La législation Européenne applicable au 25 novembre 2005 ne concerne pas l'étiquetage de précaution (mentions : traces éventuelles, est fabriqué dans un atelier qui utilise, peut contenir des traces de...).
Ces mentions relèvent de démarches volontaires des industriels dans le but d'informer le consommateur du risque éventuel de la présence de l'allergène.

Produits ou types d'aliments interdits :

Liste non exhaustive établie uniquement à titre indicatif

	Aliments pouvant contenir l'arachide, traces et huile	Aliments pouvant contenir des fruits à coques
Arachide	La cacahuète sous toutes ses formes (graines, huiles, huile dite « végétale », beurre de cacahuètes)	
Produits laitiers	Produits laitiers pour petit-déjeuner contenant des céréales Crème dessert parfum praliné Céréales pour petit déjeuner Sauce blanche industrielle Pâtes à tartiner sucrées	Lait d'amande Produits laitiers pour petit-déjeuner contenant des céréales Crème dessert Parfum praliné Fromages contenant des noix
Viandes, poissons, œufs, charcuterie	Repas type « fast food » Plats cuisinés	Certains saucissons Saucisses Pâtés
Pain, céréales et dérivés	Pain, Céréales pour petit-déjeuner Gâteaux Gâteau apéritifs aromatisés à la cacahuète	Pain et céréales pour petit-déjeuner avec des noix, des noisettes ou des pistaches
Légumes verts non cuisinés frais, conserve ou surgelés	Aucun	
Pommes de terre et légumes secs	Pommes de terre frites, chips, pommes noisettes, pommes dauphines et autres préparations du commerce	
Fruits	La cacahuète sous toutes ses formes Tous les types de noix, noisette, pistache, amande... Les raisins secs (souvent enrobés d'huile)	
Matières grasses	Beurre de cacahuète Huile d'arachide	Huile de noix et de noisettes, toutes huiles tirées de fruits oléagineux
Sucres et produits sucrés	Pâte à tartiner chocolatées. Tarte avec des amandes, à la frangipane. Barres de céréales et/ou chocolatées contenant cacahuètes, noisettes, amandes, nougats, pralines, chocolat au nougat, pâtisseries artisanales ou industrielles parfum praliné, nougats, pralines, décors de gâteaux, de glace à base de pâte d'amande, bonbons avec amandes, noisettes. Chocolat aux noisettes, au nougat, noix de Pécan... avec des poudres dites de « noisettes » (elles peuvent contenir amandes, cacahuètes, noisettes) ou avec poudres de fruits secs sans précision	
Assaisonnements et condiments	Sauces industrielles (chilienne, béarnaise, bourguignonne, curry, assaisonnements prêts à utiliser	