

Plan d'action national relatif aux allergies alimentaires

Agir maintenant pour un avenir meilleur

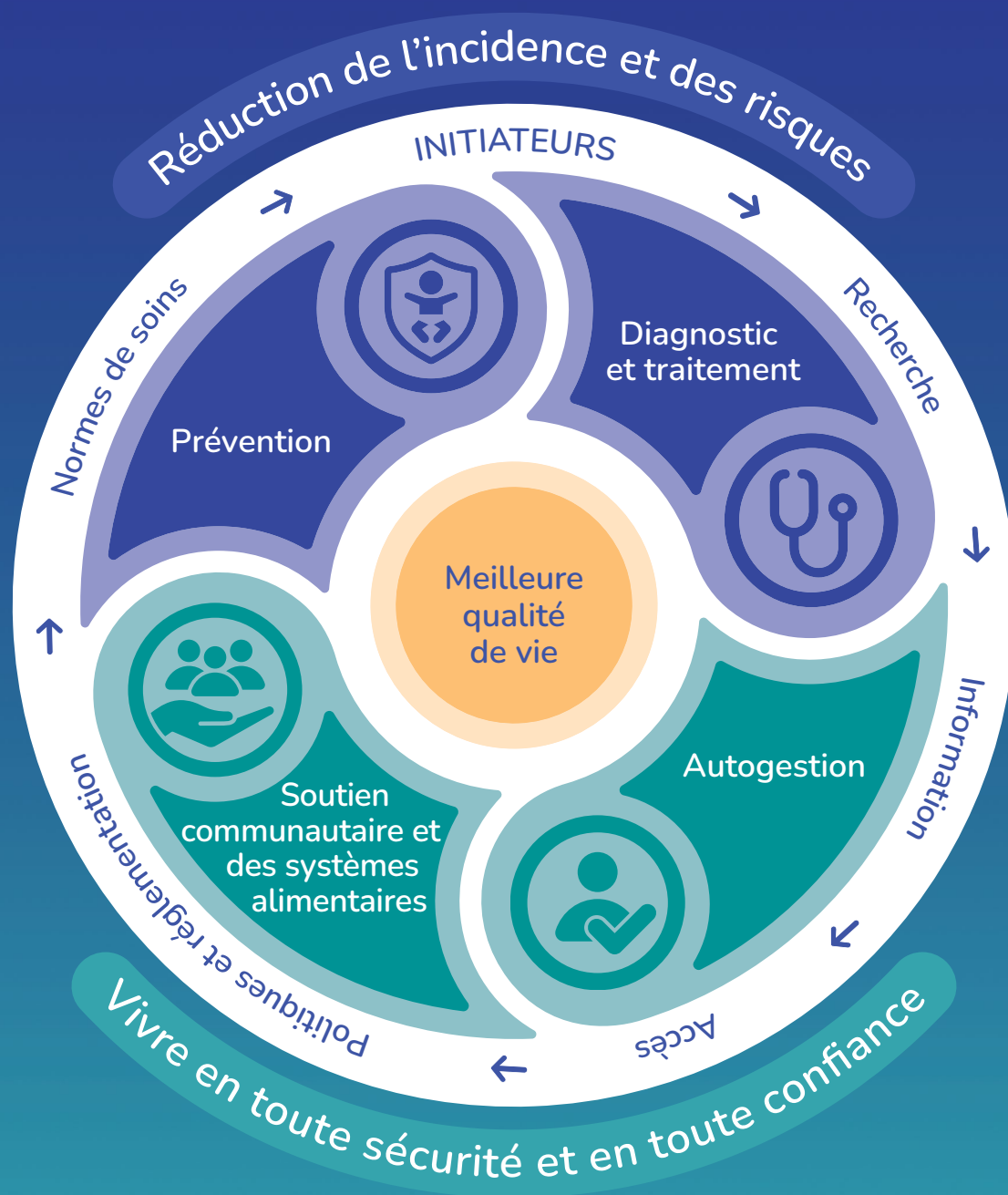
Le moment est venu d'**atténuer les répercussions** des allergies alimentaires et d'**améliorer la qualité de vie** de plus de 3 millions de Canadiens et de Canadiennes vivant avec cette maladie.



Table des matières

- 3 **Cadre conceptuel**
- 4 **Introduction**
- 6 **Appel au changement**
- 7 **Mission et principes directeurs**
- 8 **Réduire l'incidence et les risques des allergies alimentaires**
 - Prévention
 - Diagnostic et traitements
- 12 **Aider les Canadiens à vivre en sécurité et en toute confiance avec des allergies alimentaires**
 - Autogestion
 - Soutien de la communauté et des systèmes alimentaires
- 16 **Initiateurs et soutien gouvernemental**
- 17 **Prochaines étapes**
- 18 **Annexes**
 - Allergies alimentaires : une définition
 - Qu'est-ce qui cause les allergies alimentaires?
 - Conditions requises pour vivre en toute sécurité et en toute confiance avec l'allergie alimentaire
 - Allergies alimentaires : faits saillants
 - Allergies alimentaires : fardeau financier
 - Carte géographique : accès à un allergologue selon les provinces au Canada
 - Questions fréquentes sur les allergies alimentaires
 - Références
 - Qui nous sommes

Cadre conceptuel du Plan d'action national relatif aux allergies alimentaires



Pourquoi un Plan d'action national relatif aux allergies alimentaires est crucial pour les Canadiens

L'allergie alimentaire est un problème important et croissant au Canada, affectant directement plus de 3 millions de personnes¹ et près de la moitié des ménages².

Le système actuel de prise en charge des allergies alimentaires comporte des lacunes et expose de nombreuses personnes à des risques de réactions graves, voire mortelles. Les familles comptant des enfants atteints d'allergie alimentaire sont confrontées à un fardeau particulièrement lourd, notamment à un stress financier et à des difficultés sur le plan émotionnel.

Bien qu'il soit essentiel de poursuivre les travaux de recherche pour bien comprendre les allergies alimentaires, nous disposons déjà de connaissances qui peuvent être appliquées immédiatement pour faire bouger les choses. Il a été démontré que l'introduction d'aliments allergènes dans l'enfance et leur maintien dans le régime alimentaire contribuent à prévenir les allergies alimentaires, mais de façon générale, ces conseils ne sont pas compris ou mis en œuvre. Il existe des traitements efficaces, en particulier pour les jeunes enfants, chez qui ces traitements peuvent modifier la maladie; toutefois, il y a des lacunes en matière de connaissances et d'accès.

La plupart des Canadiens atteints d'allergies alimentaires prennent en charge leur maladie en évitant rigoureusement les allergènes en cause, mais cette approche est semée d'embûches. L'autogestion est loin d'être simple, le soutien de la communauté est variable et le système alimentaire actuel présente des lacunes importantes qui compromettent la sécurité. De plus, le grand public ne comprend pas toujours la gravité des allergies alimentaires, ce qui accroît le risque de réactions potentiellement mortelles.

C'est pourquoi le Plan d'action national relatif aux allergies alimentaires est une nécessité urgente. Allergies Alimentaires Canada et la Société canadienne d'allergie et d'immunologie clinique (SCAIC) ont élaboré un plan qui propose une stratégie claire et coordonnée pour relever ces obstacles et améliorer la vie des Canadiens et des Canadiennes touchés par les allergies alimentaires.



Plan d'action national canadien relatif aux allergies alimentaires

Les priorités recommandées sont le résultat de consultations permanentes entre les professionnels de la santé, les patients et l'industrie. Nous avons également consulté nos homologues australiens, qui ont réalisé des progrès notables grâce à leur stratégie nationale relative aux allergies, soutenue par le gouvernement. Ce soutien s'est traduit par d'importants changements sur le plan des politiques, notamment l'intégration novatrice à leur modèle de soins standard de l'immunothérapie orale (ITO) dans les soins aux nourrissons – une première mondiale, que nous aimerions voir adoptée par le Canada.

Le Plan d'action national relatif aux allergies alimentaires met l'accent sur trois grandes priorités :

- 1 Réduire l'incidence des allergies :** Mettre en application des stratégies éprouvées pour prévenir l'apparition d'allergies alimentaires.
- 2 Améliorer l'accès :** S'assurer que tous les Canadiens et toutes les Canadiennes ont accès à un diagnostic précis et fondé sur des données probantes, ainsi qu'à des traitements.
- 3 Créer des environnements plus sécuritaires et plus inclusifs :** Aider les Canadiens et les Canadiennes atteints d'allergies alimentaires à vivre en sécurité et en toute confiance grâce à de l'information, des politiques et des outils favorisant l'autogestion, augmentant la conscientisation dans les communautés et renforçant le soutien offert par le système alimentaire.

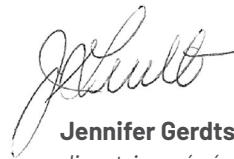
Ces priorités peuvent être soutenues par des efforts de recherche et d'information plus importants, l'amélioration de l'accès aux soins, des normes de soins plus cohérentes et des politiques et une réglementation favorables.

L'adoption du Plan d'action national relatif aux allergies alimentaires permettra ce qui suit :

- Faire reconnaître l'allergie alimentaire comme un grave problème de santé publique, en encourageant le gouvernement, les éducateurs et l'industrie alimentaire à prendre des mesures.
- Favoriser l'uniformité quant à l'information diffusée, les activités de formation et les normes de soins afin de s'assurer que tous les Canadiens et toutes les Canadiennes reçoivent le soutien dont ils et elles ont besoin.
- Orienter les changements politiques et réglementaires qui renforcent la sécurité alimentaire et protègent les personnes atteintes d'allergies alimentaires.
- Concentrer les efforts de recherche sur les principales lacunes et les principaux problèmes posés par les allergies alimentaires.

Le Plan d'action national relatif aux allergies alimentaires est le fruit d'un effort de collaboration visant à résoudre un problème de santé publique urgent. En mettant en œuvre ce plan, nous pouvons avoir un effet décisif dans la vie de millions de Canadiens et de Canadiennes. Allergies Alimentaires Canada et la SCAIC s'engagent à travailler avec des partenaires de tous les secteurs pour mettre en œuvre ce plan et créer un avenir plus sûr et plus sain pour les personnes qui vivent avec l'allergie alimentaire.

Cordialement,



Jennifer Gerdts
directrice générale
Allergies Alimentaires Canada



Dr. Harold Kim
président sortant
SCAIC



Pour joindre vos efforts aux nôtres, communiquez avec nous au plannational@allergiesalimentairescanada.ca

Appel au changement

L'Organisation mondiale de la Santé définit la santé comme « un état de complet bien-être physique, mental et social [qui] ne consiste pas seulement en une absence de maladie³ ».

Imaginez :



Vous êtes le parent d'un enfant allergique au lait, à l'occasion de son premier jour d'école. On vous a dit que l'école avait en place des pratiques pour prévenir les réactions allergiques, mais vous ne savez pas si elles sont appliquées rigoureusement.



Vous avez une allergie au poisson et lorsque vous mangez au restaurant, vous demandez toujours aux serveurs quels sont les ingrédients et comment sont préparés les plats, mais votre serveur ce soir semble confus par vos questions.



Vous avez un bébé de 6 mois qui a fait une grave réaction allergique à un œuf, et lorsque le service des urgences vous oriente vers l'allergologue de votre localité, on vous dit que la liste d'attente est de deux ans. Entre-temps, sans les conseils d'un allergologue, vous avez peur d'introduire des aliments potentiellement allergènes comme le beurre d'arachide, redoutant une autre réaction grave. Vous êtes d'autant plus stressé que vous avez entendu dire que pour prévenir les allergies alimentaires, vous devez introduire certains de ces aliments dès maintenant, mais vous n'avez aucun soutien pour vous aider à le faire en toute sécurité.



L'étiquette sur le produit que vous regardez à l'épicerie indique « peut contenir des amandes ». Qu'est-ce que cela signifie vraiment? Quel est le risque réel?



Vous pensez avoir eu une réaction allergique à un aliment que vous avez mangé, mais il n'y a pas d'allergologue dans votre ville et votre médecin de famille ne peut pas effectuer les tests appropriés pour poser un diagnostic formel. Une fois que vous avez été orienté vers un allergologue, vous êtes inscrit sur une liste d'attente pendant deux ans et vous devez vous rendre dans une autre ville pour confirmer que vous présentez bien une allergie alimentaire.

Ces exemples illustrent le genre de questions et de stress qui touchent chaque jour 3 millions de Canadiens et leurs familles, car une exposition non intentionnelle à des allergènes peut mener à des conséquences graves, voire fatales.

Les difficultés rencontrées pour diagnostiquer avec précision l'allergie et accéder à du soutien et à des soins appropriés ainsi que l'incapacité de prédire la gravité d'une réaction se traduisent par des niveaux potentiellement élevés d'anxiété.

De plus, la frustration grandit au sein de la communauté touchée, qui prend conscience des options de prévention et de traitement des allergies alimentaires qui pourraient alléger le fardeau d'une vie entière. Malheureusement, ils n'ont souvent pas accès à l'information et au soutien nécessaires concernant ces options et peinent à obtenir des réponses et des ressources par l'intermédiaire de leurs professionnels de la santé.



« La vigilance parentale doit être constante lorsqu'il s'agit de prendre en charge une maladie grave invisible au monde extérieur. Les allergies alimentaires suivent un parcours imprévisible, avec des hauts et des bas. Elles mettent la vie en danger et aucun traitement n'est connu. Ces facteurs sont aggravés par la nature omniprésente des aliments. De plus, la nature méconnue de l'allergie alimentaire signifie que de tels facteurs de stress se manifestent souvent devant l'insensibilité du grand public et des professionnels⁴. »

Mission

Aider les Canadiens et les Canadiennes ayant des allergies alimentaires à vivre en sécurité et en toute confiance, et faire progresser la prévention, le diagnostic et le traitement des allergies alimentaires.

Principes directeurs

Centré sur le patient

Tout élément du plan, toute mesure ou tout programme visant les allergies alimentaires doivent s'inscrire dans les perspectives du patient.

Équité d'accès

Tous les Canadiens vivant avec des allergies alimentaires, peu importe où ils vivent et quel que soit leur revenu, devraient avoir accès à des soins et à des services de haute qualité.

Fondé sur des données probantes

Les recommandations et normes de soins sont fondées sur la science et la recherche.

Collaboration et coordination

La collaboration et la coordination des efforts sont essentielles étant donné les nombreux partenaires qui ont une incidence sur la qualité de vie des personnes vivant avec des allergies alimentaires.

Les gouvernements, les patients, les professionnels de la santé, les chercheurs, le secteur de l'éducation, les industries liées à l'alimentation et l'industrie pharmaceutique doivent travailler ensemble pour échanger des informations, des expériences et des compétences dans le but de réduire les répercussions des allergies alimentaires sur les personnes à risque et les communautés.



Prévention

Réduire l'incidence et les risques des allergies alimentaires

Interventions fondées sur des données probantes pour prévenir l'apparition d'allergies alimentaires et leurs répercussions négatives sur la qualité de vie

Pourquoi c'est important

La prévention est le moyen le plus efficace de réduire l'incidence des allergies alimentaires.

Par le passé, on conseillait aux parents d'attendre que l'enfant ait 3 ans avant d'introduire des aliments allergènes. En 2019, de nouvelles directives de la Société canadienne de pédiatrie, appuyées par les sociétés canadienne et américaine d'allergie, préconisaient une approche différente : l'introduction précoce de certains aliments allergènes vers l'âge de 6 mois, mais pas avant l'âge de 4 mois. Ces nouvelles recommandations se fondaient sur des données probantes selon lesquelles l'introduction précoce pouvait empêcher l'apparition d'allergie chez la plupart des enfants à haut risque. De plus, Allergies Alimentaires Canada et la SCAIC ont pris des mesures pour mobiliser ces connaissances grâce à leur ressource éducative intitulée Manger tôt. Manger souvent. Malgré ces efforts, l'adoption de ces mesures laisse toujours à désirer. La recherche mondiale indique également que l'introduction précoce à elle seule ne suffit pas; l'ingestion régulière (soit plusieurs fois par semaine) de l'allergène est nécessaire pour prévenir l'apparition d'allergie alimentaire^{5,6}. En 2023, la SCAIC a renforcé à nouveau le rôle crucial de l'ingestion régulière des allergènes dans la prévention de l'allergie alimentaire⁷.

Bien que ces lignes directrices soient en vigueur depuis plusieurs années, l'introduction précoce, l'importance d'une ingestion régulière et la manière de la mettre en œuvre sont encore largement méconnues.

Ce changement fondamental dans les conseils de prévention exige des efforts considérables pour informer les parents et atténuer leur confusion et leur anxiété, et nécessite l'établissement de nouvelles normes de soins parmi les nombreux professionnels de la santé prodiguant des soins aux nourrissons. Ce problème de communication est encore compliqué par le nombre de professionnels de la santé susceptibles d'interagir avec les parents de nourrissons, notamment les médecins de soins primaires, les obstétriciens, les sages-femmes, les pédiatres, les consultants en allaitement, le personnel hospitalier et les infirmières de santé publique.

En outre, il existe des données probantes montrant que l'immunothérapie orale précoce chez les nourrissons peut être un traitement modifiant le cours de la maladie pour les nourrissons chez qui l'introduction précoce ou l'ingestion régulière d'allergènes n'a pas fonctionné et qui ont quand même fini par présenter une allergie alimentaire. D'autres études sont nécessaires pour étayer ce lien et déterminer comment mettre en œuvre cette option thérapeutique.

« J'ai des allergies alimentaires à plusieurs aliments. Je suis terrifiée à l'idée d'offrir des allergènes à mon bébé de cinq mois. Pourtant, mes médecins ont écarté mes inquiétudes du revers de la main. Je n'ai jamais voulu lui offrir de la nourriture avant six mois – sans parler des principaux allergènes –, car je l'allaitais exclusivement. **Je suis plutôt frustrée par le manque de soutien.** Je pense que je peux influencer le fait que mon fils soit allergique ou non en fonction du moment et de la fréquence à laquelle je lui donne ces aliments. Je ne veux tout simplement pas le nourrir sans obtenir un soutien adéquat. »





Prévention

Réduire l'incidence et les risques des allergies alimentaires



Vision du succès

- Les nouveaux et les futurs parents reçoivent des conseils cohérents, fondés sur des données probantes et faciles à comprendre sur la prévention des allergies alimentaires de la part des prestataires de soins de santé et ont facilement accès à du matériel éducatif soulignant l'importance d'une consommation précoce et régulière.
- Un soutien financier durable pour mener des études supplémentaires sur les stratégies de prévention des allergies alimentaires.



Principaux axes

Diffuser des ressources pédagogiques : Étendre la portée de Manger tôt. Manger souvent., une ressource d'information fondée sur des données probantes sur l'alimentation des nourrissons et l'ingestion régulière des allergènes.

Soutenir les professionnels de la santé : S'assurer que les professionnels de la santé sont bien informés de manière à ce qu'ils puissent fournir à tous les Canadiens des conseils cohérents et fondés sur des données probantes au sujet de l'alimentation des nourrissons de manière à favoriser la prévention de l'apparition d'allergies alimentaires, et élaborer et diffuser un outil pour les praticiens prodiguant des soins prénataux et postnataux afin de leur permettre de repérer les nourrissons à risque de présenter une allergie alimentaire et de répondre aux inquiétudes des parents concernant l'introduction d'aliments contenant des allergènes.

Obtenir l'appui du gouvernement : Obtenir du gouvernement et des agences de santé publique qu'ils approuvent les directives relatives à l'introduction précoce d'aliments allergènes, et qu'ils intègrent ces directives dans des programmes et politiques déjà en place visant la santé infantile, y compris le Guide alimentaire canadien et La nutrition du nourrisson né à terme et en santé, dans le but de faire de ces directives une priorité prescrite de santé publique.

Financer les projets de recherche : S'assurer du soutien financier des agences gouvernementales pour des études visant à cerner d'autres moyens de prévenir des allergies alimentaires persistantes.





Diagnostic et traitements

Réduire l'incidence et les risques des allergies alimentaires

Accès rapide à un diagnostic fiable et à des traitements fondés sur des données probantes

! Pourquoi c'est important

Diagnostic

Recevoir un diagnostic fiable d'allergie alimentaire peut être difficile.

Compte tenu de l'impact considérable sur la qualité de vie associé aux allergies alimentaires, tous les Canadiens ont le droit d'obtenir un diagnostic précis, ce qui n'est souvent pas le cas. Les tests diagnostiques actuels peuvent être mal interprétés par les professionnels de la santé qui manquent d'expertise, et les patients sont confrontés à des retards dans l'obtention d'un diagnostic précis en raison de la pénurie d'allergologues et des longs délais d'attente (voir la carte des allergologues par province en annexe). En outre, les Canadiens ont un accès très limité aux outils de diagnostic.

Ces obstacles peuvent entraîner un risque de réactions allergiques graves pour les cas sous-diagnostiqués, une anxiété inutile et une dégradation de la qualité de vie pour les personnes ayant reçu le mauvais diagnostic, ainsi que des coûts inutiles pour le système de santé.

« Je ne **voulais pas succomber à la peur et devenir un parent hélicoptère**. Je voulais faire tout ce qui était possible pour permettre à mon enfant de jouer sur un terrain de jeu, de manger sur des tables de pique-nique, d'aller aux fêtes d'anniversaire de ses amis, sans avoir peur qu'elle ait une réaction. L'ITO a été formidable pour elle... mais encore plus pour moi en tant que mère. »



Traitement

Même si les traitements peuvent avoir de profondes répercussions sur la qualité de vie, les options de traitement restent limitées et l'accès à celles-ci, difficile.

Jusqu'à récemment, il n'existait aucune option de traitement pour réduire l'impact de l'allergie alimentaire. De nos jours, l'immunothérapie contre les allergènes alimentaires est une option clinique et de nombreux patients ayant suivi le traitement font état d'améliorations considérables de la qualité de vie⁸. Ce traitement vise à augmenter la quantité d'allergènes qu'une personne allergique peut tolérer, à lui fournir une protection supplémentaire en réduisant le risque de réactions en cas d'exposition accidentelle et, par conséquent, à améliorer sa qualité de vie en général.

La forme d'immunothérapie la plus étudiée est l'immunothérapie orale (ITO), et elle est recommandée dans les lignes directrices canadiennes publiées comme une option de traitement qui devrait être offerte aux patients. En outre, une récente avancée fondamentale montre que le fait de commencer l'ITO pour atténuer l'allergie alimentaire au cours des premières années de vie peut modifier profondément l'évolution de la maladie, conduisant souvent à une rémission complète⁹. Par conséquent, l'accès rapide à l'immunothérapie doit être considéré comme une priorité médicale urgente. L'autorisation de l'omalizumab pour le traitement des allergies alimentaires est une autre avancée récente dans ce domaine. Aux États-Unis en 2024, la Food and Drug Administration (FDA) a approuvé ce produit biologique injectable, qui contribue à réduire le risque de réactions allergiques graves à de nombreux aliments. Toutefois, ce traitement n'a pas encore été approuvé pour la prise en charge des allergies alimentaires au Canada.



Diagnostic et traitements

Réduire l'incidence et les risques des allergies alimentaires

Malgré les progrès des traitements et l'augmentation de la prévalence des allergies alimentaires, les Canadiens affectés sont confrontés à des obstacles considérables en matière d'accès, qui sont disproportionnellement plus importants si on compare à d'autres spécialités et à des maladies similaires. De plus, la couverture des traitements actuellement sur le marché par les fonds publics varie grandement d'un endroit à l'autre au pays, bien des provinces n'offrant que peu ou pas de soutien. Il est essentiel d'aplanir ces obstacles pour garantir des soins équitables pour tous.

Des études supplémentaires sont également requises pour améliorer les protocoles de traitement et les résultats, en particulier chez les patients adultes. Le Canada ne disposant pas d'institut de recherche spécialisé dans les allergies alimentaires, il est difficile de trouver de nouvelles améliorations pour les traitements actuels, de mettre au point de nouveaux traitements et de trouver des approches curatives.



Vision du succès

- Accès rapide à des diagnostics fondés sur des données probantes, les antécédents du patient et la disponibilité d'outils de diagnostic appropriés garantissant une plus grande précision.
- Accès rapide à l'ITO pour les nourrissons.
- Accès à des traitements abordables, y compris des médicaments biologiques, afin d'améliorer la sécurité et la qualité de vie des personnes atteintes d'allergies alimentaires, quel que soit leur âge.
- Financement dédié à la recherche sur les allergies alimentaires au sein des Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC).



Principaux axes

Éliminer les obstacles à un diagnostic rapide : Obtenir le soutien du gouvernement pour surmonter les obstacles en donnant la priorité à l'accès aux tests de provocation orale des aliments et aux tests en laboratoire.

Améliorer l'accès aux soins : Tirer parti des réseaux virtuels et proposer de nouveaux modèles pour la fourniture de soins contre les allergies, en particulier dans les zones rurales et mal desservies.

Améliorer l'accès aux traitements : Prendre des mesures pour améliorer l'accès aux traitements existants pour tous les Canadiens atteints d'allergie alimentaire, quel que soit leur âge, en accordant la priorité aux nourrissons et aux jeunes enfants lorsque des données probantes émergentes indiquent que cette thérapie pourrait modifier l'évolution de la maladie.

Favoriser le soutien à la recherche : Obtenir un financement du gouvernement pour la recherche sur les allergies alimentaires de manière à améliorer les diagnostics, les approches de traitement et la recherche d'un traitement curatif pour les patients de tous âges.



Autogestion

Aider les Canadiens à vivre en sécurité et en toute confiance avec des allergies alimentaires

Prendre en charge les allergies alimentaires efficacement tout en menant une vie active et bien remplie

! Pourquoi c'est important

Vivre avec l'allergie alimentaire nécessite une vigilance quotidienne pour éviter l'allergène, et requiert de disposer des connaissances nécessaires pour reconnaître et traiter les réactions, et de la confiance en soi pour participer pleinement aux activités de la vie quotidienne.

Les stratégies pour éviter les allergènes changent continuellement à mesure que les personnes allergiques vieillissent et vivent différentes étapes de leur vie, comme fréquenter l'école, vivre de façon autonome ou voyager. Chaque nouvel environnement vient avec ses difficultés, surtout pour les jeunes qui voient une progression de leurs responsabilités quant à la prise en charge de leurs allergies. Les difficultés impliquent de déployer des efforts pour demeurer inclus dans une communauté donnée et pour mener une vie active et bien remplie.

La recherche met en évidence de nombreuses lacunes dans l'autogestion efficace des allergies alimentaires, y compris l'incohérence relative à l'évitement des allergènes, l'absence de compréhension des étiquettes des aliments, les comportements à risque adoptés par les adolescents et les jeunes adultes et la réticence à divulguer une allergie alimentaire quand ils mangent ailleurs qu'à la maison. Le traitement de l'anaphylaxie est sous-optimal. L'épinéphrine, le seul médicament pouvant sauver la vie d'une personne en crise d'anaphylaxie, est sous-utilisée. Actuellement, seulement 21 % des enfants et 7 % des adultes dans le monde traitent l'anaphylaxie avec de l'épinéphrine avant de se rendre à l'hôpital¹⁰. L'utilisation rapide de l'épinéphrine permet d'obtenir les meilleurs résultats, mais des obstacles retardent son utilisation, notamment la confusion concernant les symptômes, l'usage d'antihistaminiques à la place, le manque d'accès aux auto-injecteurs d'épinéphrine, la peur des aiguilles et la réticence à se rendre au service des urgences.

Par ailleurs, le fait de dépendre d'un seul auto-injecteur d'épinéphrine rend les Canadiens particulièrement vulnérables aux pénuries de ce médicament vital. Des efforts doivent être déployés afin de prévenir les pénuries et de disposer d'un plan d'urgence pour en minimiser l'impact si elles se produisent. En outre, il est urgent d'accélérer l'approbation réglementaire de nouveaux systèmes d'administration, comme des options sans aiguille. En 2024, la FDA aux États-Unis a approuvé le vaporisateur nasal neffy® pour le traitement de l'anaphylaxie, ce qui en fait la première épinéphrine administrée sans aiguille. Pour que les Canadiens aient un accès rapide à ce dispositif et donc à plus d'une option de traitement, il est impératif que le gouvernement accorde la priorité à son homologation.

Les programmes de soutien actuels ne répondent pas pleinement aux besoins nutritionnels et psychosociaux particuliers de la vie avec l'allergie alimentaire. Une autogestion efficace nécessite de procéder à des ajustements à l'alimentation afin de répondre aux besoins nutritionnels et de prendre en charge les répercussions psychosociales, tels que l'intimidation reliée aux allergies alimentaires, les répercussions émotionnelles d'une réaction allergique, et l'exclusion de certaines activités. La recherche indique que 80 % des personnes atteintes d'allergies alimentaires éprouvent des difficultés psychosociales, mais que moins de 20 % d'entre elles bénéficient d'un soutien¹¹.

« Je suis **terrifiée à l'idée d'utiliser un auto-injecteur d'épinéphrine** pour traiter l'anaphylaxie. **Je suis également souvent confuse quant aux signes et symptômes** et je ne sais pas vraiment comment reconnaître une crise d'anaphylaxie. Je crains de ne pas reconnaître l'anaphylaxie assez rapidement ou de ne pas faire ce qu'il faut quand c'est le plus important. »





Autogestion

Aider les Canadiens à vivre en sécurité et en toute confiance avec des allergies alimentaires



Vision du succès

- Les personnes allergiques et leur famille vivent en toute confiance et de manière sécuritaire avec l'allergie alimentaire, évitant les réactions allergiques. Les réactions, si elles se produisent, sont traitées sans tarder avec de l'épinéphrine.
- Les personnes vivant avec des allergies alimentaires ont accès à un soutien approprié à chaque étape de leur vie, ce qui leur permet de participer pleinement aux activités dans leur communauté et de mener une vie bien remplie et active.



Principaux axes

Créer et mettre en place une plateforme universelle d'information et de soutien : Mettre au point et déployer une plateforme accessible à tous pour soutenir les personnes vivant avec l'allergie alimentaire, et ce, à partir du diagnostic et pour toutes les étapes de la vie.

Assurer un approvisionnement accessible en épinéphrine : Inciter le gouvernement à assurer un approvisionnement constant et abordable en épinéphrine au Canada, et élaborer un plan d'atténuation du risque de pénurie d'auto-injecteurs d'épinéphrine sur le marché en raison de la dépendance à une seule source d'approvisionnement, et accélérer l'approbation réglementaire de nouveaux systèmes d'administration, comme les options sans aiguille.

Informier le grand public concernant l'anaphylaxie : Conscientiser et informer au sujet de la bonne prise en charge de l'anaphylaxie afin que tous les Canadiens sachent comment la reconnaître et la traiter.

S'engager auprès des professionnels de la santé : Améliorer la compréhension de l'allergie alimentaire parmi les professionnels de la santé impliqués dans la nutrition et le soutien psychosocial, et créer des programmes fondés sur des données probantes pour soutenir les personnes et les familles touchées par l'allergie.

Assurer la poursuite des travaux de recherche et leur soutien financier : Assurer un financement des agences gouvernementales pour la recherche sur les enjeux liés à l'autogestion, y compris les répercussions psychosociales des allergies alimentaires.





Soutien de la communauté et des systèmes alimentaires

Aider les Canadiens à vivre en sécurité et en toute confiance avec des allergies alimentaires

Des communautés bien informées capables de soutenir les personnes atteintes d'allergies alimentaires

Pourquoi c'est important

Une autogestion efficace des allergies alimentaires est essentielle, mais elle n'est pas suffisante pour réduire au minimum leurs répercussions sur la qualité de vie.

Les personnes atteintes d'allergies alimentaires dépendent de communautés informées et solidaires qui les aident à trouver des aliments sûrs dans divers contextes, notamment les épiceries, les écoles, les restaurants, les rassemblements et les maisons des amis et de la famille.

Il existe un manque de compréhension des problèmes liés aux allergies alimentaires au sein du grand public, y compris le potentiel de réactions pouvant mettre la vie en danger et les connaissances requises pour les traiter. L'allergie alimentaire est un problème médical, et non un choix. Les personnes vivant avec l'allergie alimentaire ne devraient être ni jugées ni stigmatisées. Cela dit, un tiers des enfants vivant avec des allergies alimentaires déclarent avoir été victimes d'intimidation¹². La représentation humoristique et inexacte des allergies alimentaires de plus en plus présente dans les films et à la télévision est problématique. La recherche conclut que cela peut miner la perception de la gravité des allergies alimentaires et nuire à l'appui des politiques de santé publique visant la gestion du risque¹³.

Les personnes vivant avec des allergies alimentaires se fient sur des informations précises et pertinentes relativement aux ingrédients déclarés par l'industrie alimentaire et sur le soutien du grand public pour réduire les risques de réaction allergique grave. Même si des progrès importants ont été réalisés au cours des 15 dernières années relativement à l'étiquetage des produits préemballés au Canada, il existe toujours des lacunes. Par exemple, la réglementation en matière d'étiquetage des allergènes alimentaires ne s'applique pas

aux aliments qui ne sont pas préemballés (par exemple, restaurants, aliments en vrac). De plus, l'usage de mises en garde comme des mentions « peut contenir » n'est pas assujéti à une réglementation particulière. Il existe peu d'indications sur la manière et le moment d'utiliser les mises en garde pour les denrées alimentaires préemballées, ce qui a conduit les fabricants à en faire un usage excessif ou erroné, limitant inutilement le choix d'aliments et exposant parfois les personnes atteintes d'allergies alimentaires à des risques lorsque des allergènes sont détectés à des niveaux justifiant une modification de l'étiquetage. De plus, ces mises en garde sont maintenant adoptées largement en dehors du champ d'application prévu, en particulier dans la vente au détail, les aliments en vrac et les services alimentaires, et font toujours l'objet d'un manque de clarté quant à leur signification et d'une réglementation particulière ainsi que d'une application déficiente. Certaines personnes peuvent remettre en question la validité de ces mises en garde et choisir d'en faire fi.

Les tendances alimentaires peuvent avoir des conséquences inattendues pour les personnes atteintes d'allergies alimentaires. Il est donc essentiel de les évaluer et d'élaborer des plans proactifs pour atténuer les risques. Les régimes alimentaires à base de plantes, la confusion concernant les produits végétaliens, l'introduction de nouvelles protéines et le manque d'information dans le cas des commandes en ligne peuvent présenter des risques pour les personnes vivant avec des allergies alimentaires.

« On a l'impression que, quels que soient les efforts qu'on déploie pour protéger son enfant, les personnes qui ne saisissent pas la gravité des allergies sont beaucoup plus nombreuses. »





Soutien de la communauté et des systèmes alimentaires

Aider les Canadiens à vivre en sécurité et en toute confiance avec des allergies alimentaires

Au-delà de l'accès à des informations précises sur les ingrédients, la nature fragmentée du secteur de l'alimentation ainsi que les taux de roulement très élevés des employés du secteur de la restauration engendrent des stratégies incohérentes de gestion des risques dans ces contextes. Vingt ans de données probantes montrent qu'il est nécessaire de renforcer les exigences réglementaires dans le secteur de la restauration; or, contrairement à d'autres pays, le Canada n'a pas d'exigences réglementaires en matière de divulgation des ingrédients dans le secteur de la restauration¹⁴.

Les Canadiens vivant avec des allergies alimentaires non seulement courent le risque d'avoir des réactions, mais en ont en fait déjà eu lors de repas au restaurant. Les résultats d'une enquête récente montrent que plus de la moitié des personnes atteintes d'allergies alimentaires ont failli être victimes d'une réaction accidentelle, c'est-à-dire qu'elles ont commandé un plat censé être sans danger, mais qui contenait leur allergène. En outre, un tiers d'entre elles ont subi une réaction allergique grave au cours d'un repas au restaurant, alors que dans 78 % des cas, l'établissement avait été informé de leur allergie alimentaire¹⁵.

« D'après l'expérience que nous avons acquise au cours des 18 dernières années avec les restaurants, **il est rare que les restaurants comprennent vraiment**. À d'innombrables reprises, nous avons quitté des restaurants avant qu'on nous assigne une table. Quand nous trouvons un restaurant sûr, nous devenons des clients très fidèles. »



Vision du succès

- Informations sur les ingrédients accessibles et précises pour permettre aux personnes vivant avec des allergies alimentaires et à leur famille de faire des choix sécuritaires.
- Reconnaissance des allergies alimentaires en tant que problème de sécurité important dans toutes les industries liées à l'alimentation, assurant une mise en œuvre uniforme de stratégies éprouvées pour prévenir les réactions allergiques.
- Des communautés bien informées et solidaires qui reconnaissent la gravité de l'allergie alimentaire et qui aident les personnes à prendre en charge leur état en toute sécurité et en toute confiance.



Principaux axes

Collaborer avec le gouvernement et l'industrie

alimentaire : Élaborer des politiques et des directives visant un accès élargi à des informations précises sur les ingrédients et à des options alimentaires sécuritaires relativement aux tendances de consommation émergentes.

Améliorer la conscientisation, la formation et les pratiques de gestion des risques dans le secteur de la restauration

restaurateur : Collaborer avec le secteur de la restauration pour élaborer, diffuser et adopter les meilleures pratiques en matière de gestion des allergènes, y compris la mise en œuvre de programmes de formation complets et de pratiques de gestion des risques.

Mener des campagnes d'information sur les allergies

alimentaires : Conscientiser davantage le grand public à la gravité des allergies alimentaires et lutter contre l'exclusion systématique et involontaire.

Améliorer la prise en charge communautaire des

réactions allergiques : Assurer la disponibilité de stocks d'épinéphrine dans les lieux publics pour les cas d'urgence et dispenser une formation sur leur utilisation.

Initiateurs du Plan d'action national relatif aux allergies alimentaires

Normes de soins uniformes

- Pour la prévention, le diagnostic, le traitement et l'orientation appropriée
- Pour les allergologues et les autres professionnels de la santé

Meilleur accès aux soins

- Accès rapide aux allergologues et mise au point de soins de première ligne contre les allergies
- Potentiel de la télésanté et des technologies virtuelles
- Modèles multidisciplinaires et de soins partagés

Investissements centrés sur l'éducation et la recherche

- Outils éducatifs accessibles, uniformes et fondés sur des données probantes pour tous les partenaires, mettant l'accent sur des programmes uniformes de marque qui représentent la norme de soins
- Études portant expressément sur les allergies alimentaires pour approfondir notre compréhension de ce problème de santé, y compris les stratégies de prévention, l'amélioration des traitements existants, la mise au point de nouveaux traitements et des approches curatives

Politiques et réglementation

- Participation et soutien de tous les niveaux de gouvernement



Soutien que nous sollicitons de nos partenaires gouvernementaux



Soutien à la reconnaissance

- Reconnaissance des allergies alimentaires en tant qu'enjeu de santé publique prioritaire
- Reconnaissance des répercussions économiques et en matière de qualité de vie au moment de prendre des décisions sur le remboursement des tests diagnostiques et des traitements approuvés
- Reconnaissance du fait que le Canada est vulnérable aux pénuries d'auto-injecteurs d'épinéphrine en raison de sa dépendance à l'égard d'un seul fournisseur, et que des efforts doivent être déployés pour prévenir de telles pénuries et établir un plan d'urgence afin de minimiser leurs répercussions si elles se produisent
- Reconnaissance du besoin urgent d'accélérer l'approbation réglementaire de nouveaux systèmes d'administration d'épinéphrine, comme les options sans aiguille



Soutien au financement

- Financement pour s'assurer que l'épinéphrine est abordable pour les personnes qui en ont besoin
- Financement d'un programme pour favoriser l'autogestion
- Financement d'efforts d'éducation et de communication pour soutenir des stratégies de prévention et des approches thérapeutiques pour les nourrissons
- Financement de la création d'un institut de recherche sur les allergies alimentaires au sein des IRSC afin de soutenir les priorités de recherche, notamment faire progresser notre compréhension de l'allergie alimentaire et créer des options thérapeutiques nouvelles et améliorées, en particulier celles qui ont des effets potentiels de modification de la maladie.

Soutien aux politiques

- Changement de politiques pour assurer un accès ininterrompu à l'épinéphrine
- Changements de politiques pour favoriser un étiquetage plus précis concernant les ingrédients et pour revoir les exemptions actuelles
- Changement de politiques pour intégrer les directives de prévention des allergies alimentaires dans les mandats de santé publique
- Changement de politiques pour améliorer la prise en charge des allergies alimentaires dans l'industrie de la restauration

Prochaines étapes

Nous continuerons à faire connaître le Plan d'action national relatif aux allergies alimentaires et à impliquer activement des partenaires importants dans les secteurs du gouvernement, des soins de santé, de l'éducation, de la fabrication de produits alimentaires et de la restauration. Notre objectif est de susciter une collaboration fructueuse et de mettre au point des actions ciblées dans des domaines essentiels.

Nous serons heureux de travailler avec ces partenaires importants afin d'amoinrir les répercussions des allergies alimentaires et d'améliorer grandement la qualité de vie des Canadiens touchés.

Pour unir vos efforts aux nôtres, communiquez avec nous au plannational@allergiesalimentairescanada.ca.

Annexes

Allergies alimentaires : une définition

Qu'est-ce que ce problème de santé et comment peut-on le prendre en charge?

- L'allergie alimentaire est une réponse immunitaire anormale à la nourriture. Elle se produit lorsque le système immunitaire considère par erreur une protéine alimentaire particulière comme nocive, ce qui provoque une réaction allergique.
- De façon générale, éviter les allergènes en cause demeure le moyen de prévenir une réaction anaphylactique.
- L'anaphylaxie est « une réaction allergique grave qui se produit soudainement et peut entraîner la mort¹⁶ ». Bien que les décès soient rares, l'anaphylaxie doit toujours être considérée comme une urgence médicale nécessitant un traitement immédiat. La reconnaissance et le traitement rapides de l'anaphylaxie sont essentiels pour s'assurer d'un dénouement heureux.
- L'épinéphrine est le traitement de première ligne de l'anaphylaxie.

De quoi les Canadiens ayant des allergies alimentaires ont-ils besoin pour vivre en toute sécurité et en toute confiance?

- D'un diagnostic précis
- De savoir comment prévenir les réactions et de faire preuve de diligence pour les éviter
- D'avoir accès à de l'épinéphrine pour le traitement de l'anaphylaxie
- De comprendre les signes et les symptômes et d'être capable de traiter une réaction rapidement et en toute confiance
- Compte tenu de l'omniprésence des aliments dans notre vie quotidienne, ils ont besoin de communautés informées qui aident les personnes vivant avec des allergies alimentaires à prévenir et possiblement à traiter des réactions
- La possibilité d'avoir à leur disposition plus d'une option de traitement pour atténuer l'impact de la maladie



Qu'est-ce qui cause les allergies alimentaires?

Les causes des allergies alimentaires ne sont pas connues, mais les études portent à croire qu'elles résulteraient d'une combinaison de facteurs génétiques et environnementaux. Par ailleurs, des données probantes récentes indiquent que le fait de retarder l'introduction d'aliments allergènes et de les ingérer peu souvent une fois qu'ils ont été introduits sont des facteurs de risque importants d'apparition d'allergie alimentaire.

Allergies alimentaires : faits saillants

- Au Canada, plus de 3 millions de personnes sont atteintes d'allergie alimentaire¹.
- Plus de 600 000 enfants canadiens vivent avec l'allergie alimentaire¹.
- Un ménage sur deux au Canada est touché par l'allergie alimentaire².
- Une personne peut devenir allergique à presque n'importe quel aliment, et environ 40 % des personnes sont allergiques à plusieurs aliments¹⁷.
- L'allergie alimentaire peut apparaître à n'importe quel âge.
- Les personnes atteintes d'allergie alimentaire courent le risque de faire une réaction d'anaphylaxie, le type de réaction allergique le plus grave.
- Bien que les décès soient rares, l'anaphylaxie doit toujours être considérée comme une urgence médicale nécessitant un traitement immédiat par épinéphrine.
- L'allergie alimentaire est associée à des répercussions sociales et psychologiques, peu importe le groupe ethnique en cause¹⁸.

Le fardeau financier de l'allergie alimentaire n'est pas anodin.

Du point de vue des familles :

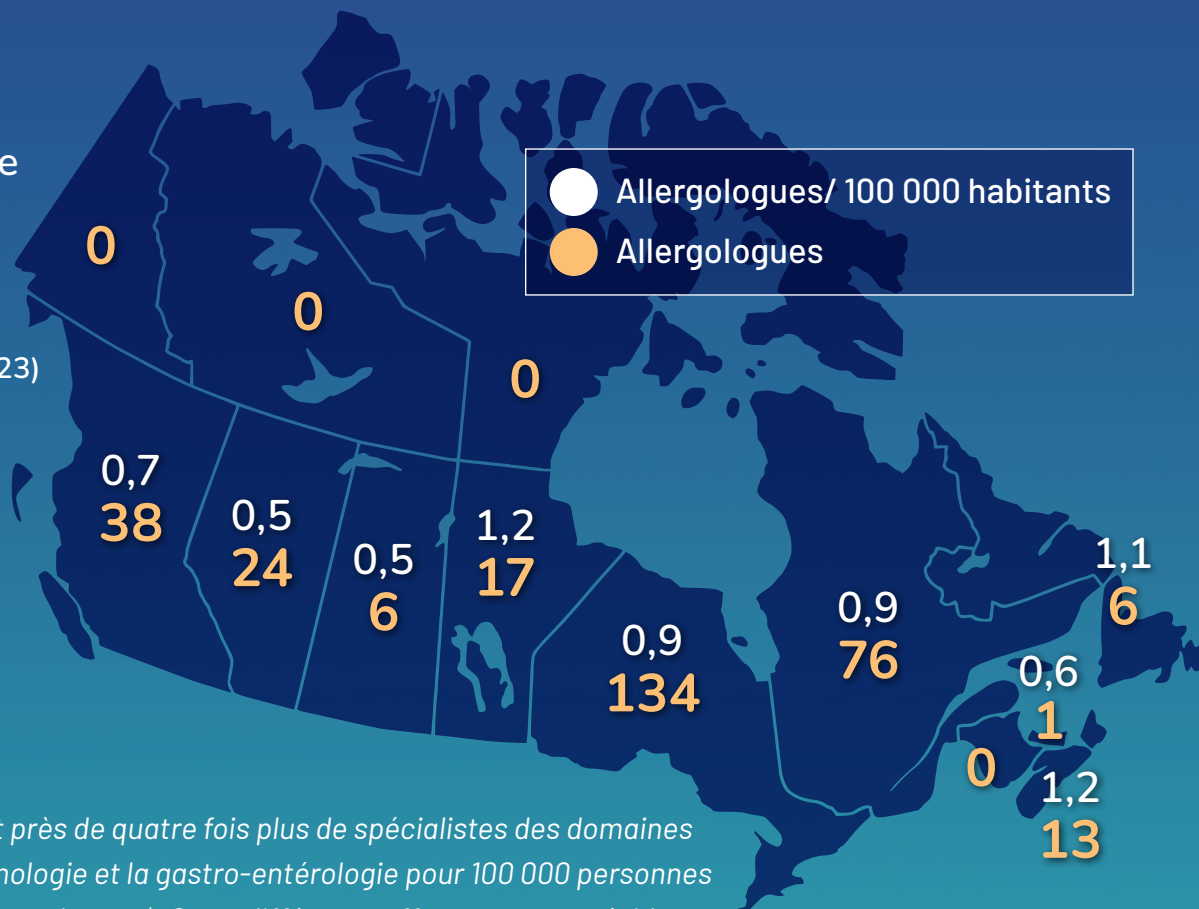
- En moyenne, ces familles dépensent 200 \$ de plus chaque mois par rapport aux familles qui ne sont pas aux prises avec des allergies alimentaires¹⁹.
- Les familles comptant un enfant atteint d'allergie alimentaire sont 39 % plus susceptibles d'être aux prises avec l'insécurité alimentaire, en comparaison avec les familles dont aucun membre n'est atteint d'allergie alimentaire²⁰.
- Il est recommandé d'avoir sur soi deux auto-injecteurs d'épinéphrine, qui coûtent chacun environ 110 \$.
- Les parents, et plus particulièrement les mères, quittent le marché du travail en raison du temps nécessaire à la prise en charge de l'allergie de leurs enfants²¹.
- Alors qu'il existe une aide financière pour les personnes atteintes de la maladie cœliaque, aucun soutien de ce type n'est disponible pour les familles affectées par les allergies alimentaires²².

Du point de vue du système de santé :

- Environ 1 % des visites aux urgences sont dues à des réactions allergiques, y compris des allergies alimentaires²³.
- Le nombre de visites aux urgences pour des réactions allergiques a augmenté au cours des deux dernières décennies²³.
- Lorsqu'ils sont couverts par des régimes publics, les coûts annuels par personne des auto-injecteurs d'épinéphrine s'élèvent à environ 220 \$.

La prévention primaire des allergies alimentaires, les interventions permettant de modifier la maladie chez les nourrissons et le diagnostic précis des allergies alimentaires résolues permettent aux systèmes de santé de réaliser des économies inexploitées.

Accès à un allergologue selon les provinces au Canada (données de 2023)



En 2019, il y avait près de quatre fois plus de spécialistes des domaines comme la pneumologie et la gastro-entérologie pour 100 000 personnes qu'il n'y avait d'allergologues*. Cette différence effarante met en évidence un écart important et préoccupant dans la disponibilité des spécialistes.

Source des données de la carte : SCAIC (répartition des allergologues en 2023) et Statistique Canada (données démographiques en 2023).

*Le nombre d'allergologues, de pneumologues et de gastro-entérologues pour 100 000 habitants est fourni par l'Association médicale canadienne (données de 2019).

Questions fréquentes sur les allergies alimentaires

1 Quelle est la différence entre une allergie alimentaire et une intolérance alimentaire?

Une allergie alimentaire met en cause le système immunitaire et les symptômes peuvent mettre la vie en danger. Une intolérance alimentaire est un terme non spécifique qui peut désigner plusieurs symptômes qu'une personne peut présenter après l'ingestion d'un aliment. Une intolérance ne met pas en cause le système immunitaire. Par exemple, une intolérance au lactose est l'incapacité de décomposer et d'absorber le sucre (lactose) contenu dans les produits laitiers à cause de l'insuffisance d'une enzyme précise. Les symptômes de l'intolérance alimentaire sont surtout gastro-intestinaux et peuvent causer malaise et douleurs, mais ils ne mettent généralement pas la vie en danger.

2 Quels sont les allergènes alimentaires prioritaires au Canada?

Santé Canada qualifie d'allergènes « prioritaires » les allergènes alimentaires suivants : les arachides, le blé et le triticale, les crustacés (p. ex., homard, crevettes) et les mollusques (p. ex., pétoncles, palourdes), les graines de sésame, le lait, la moutarde, les noix, les œufs, le poisson, et le soya. On peut avoir une allergie à presque n'importe quel aliment, mais ceux-là sont les plus courants. La réglementation en matière d'étiquetage alimentaire exige que le nom usuel des allergènes prioritaires énumérés ci-dessus, des sources de gluten et des sulfites ajoutés figure sur l'étiquette des aliments qui en contiennent.

3 Qu'est-ce que l'anaphylaxie?

L'anaphylaxie (prononcer ana-fil-acci) est une « réaction allergique grave qui se manifeste rapidement et qui peut entraîner la mort¹⁶ ». Les gens qui ont des allergies alimentaires médiées par l'IgE et qui sont sujets à l'anaphylaxie doivent transporter un auto-injecteur d'épinéphrine (par exemple, de marque EpiPen^{MD}) qui contient un médicament pouvant leur sauver la vie en cas de réaction allergique.

4 Quels sont les symptômes d'une réaction anaphylactique?

Les symptômes d'une réaction anaphylactique incluent généralement au moins deux des systèmes organiques suivants : système cutané, respiratoire, gastro-intestinal, cardiovasculaire.

Système cutané (peau) : urticaire, enflure (visage, lèvres, langue), démangeaisons, sensation de chaleur, rougeur

Système respiratoire (poumons) : toux, respiration sifflante (sillement), essoufflement, douleur ou serrement à la poitrine, serrement de la gorge, voix rauque, congestion nasale ou symptômes de type « rhume des foins » (nez qui coule ou qui pique, larmolement, éternuements), difficulté à avaler, sensation d'étouffement

Système gastro-intestinal (ventre) : nausées, douleurs ou crampes, vomissements, diarrhée

Système cardiovasculaire (cœur) : peau plus pâle que la normale ou bleutée, faible pouls, perte de connaissance, étourdissements ou vertiges

Autres symptômes : anxiété, sentiment de « danger imminent », maux de tête, crampes utérines, goût métallique dans la bouche

La présence de symptômes respiratoires ou cardiovasculaires seulement peut constituer une crise d'anaphylaxie. **Il est important de savoir qu'une urticaire n'est pas toujours présente pendant une réaction anaphylactique.**

5 Qu'est-ce qui provoque une réaction anaphylactique?

Les aliments sont l'une des causes les plus courantes d'anaphylaxie. Toutefois, les piqûres d'insectes, les médicaments, le latex et l'exercice peuvent aussi donner lieu à des réactions.

En savoir plus sur les allergènes non alimentaires.

Questions fréquentes sur les allergies alimentaires ...suite

6 Quelle quantité d'un allergène alimentaire est-elle requise pour provoquer une réaction?

Même une petite quantité d'un allergène transférée sur un ustensile de service a le potentiel d'entraîner une réaction allergique grave. Il importe de bien comprendre comment éviter la contamination croisée.

En savoir plus sur la contamination croisée.

7 Peut-on avoir une réaction sans avoir ingéré l'allergène auquel on est sensible?

L'ingestion accidentelle d'un aliment contenant leur allergène représente le risque le plus important chez la plupart des personnes ayant des allergies alimentaires. Les réactions allergiques aux aliments sont causées par des protéines alimentaires précises. Puisque les odeurs d'aliments ne contiennent pas de protéines, elles ne peuvent pas causer de réactions. Toutefois, les personnes allergiques peuvent avoir des réactions lorsqu'elles inhalent des protéines alimentaires auxquelles elles sont allergiques, par exemple dans la vapeur produite au moment de la cuisson de certains aliments, comme le poisson.

8 Comment peut-on prévenir les réactions allergiques?

La lecture des étiquettes sur les produits alimentaires, la prise de précautions particulières au moment de préparer les aliments de même que le lavage des mains et le nettoyage adéquats jouent un rôle déterminant dans la réduction du risque d'exposition accidentelle.

En savoir plus sur la façon de prévenir des réactions.

9 Comment les réactions d'anaphylaxie sont-elles traitées?

L'épinéphrine est le traitement de première intention de l'anaphylaxie, et les auto-injecteurs d'épinéphrine (par exemple, EpiPen^{MD}) contiennent une dose prémesurée de ce médicament. Les antihistaminiques et les médicaments contre l'asthme ne doivent pas être utilisés à la place de l'épinéphrine pour traiter l'anaphylaxie, mais peuvent être administrés en tant que médicaments secondaires. Après avoir reçu de l'épinéphrine, la personne doit se rendre à l'hôpital, de préférence en ambulance, pour y être observée et/ou recevoir un traitement supplémentaire.

En savoir plus sur les traitements d'urgence.

10 Pourquoi tant de gens semblent-ils avoir des allergies alimentaires de nos jours?

Il n'y a pas de raison simple pour expliquer la prévalence des cas d'allergies alimentaires. L'une des théories, connue sous le nom d'« hypothèse hygiénique », pointe vers le fait que les habitants des pays occidentaux vivent dans des milieux plus propres et aseptisés comparativement à leurs homologues orientaux et que leur système immunitaire, qui a de moins en moins à lutter contre les microbes ou les infections, entraîne l'apparition de réactions allergiques à certains aliments. Les facteurs de risque d'allergie alimentaire incluent les suivants :

Approches alimentaires : Le fait de retarder l'introduction d'aliments allergènes et l'ingestion peu fréquente de ces aliments exposent les nourrissons au risque de présenter une allergie alimentaire.

L'âge : L'allergie alimentaire est plus fréquente chez les jeunes enfants que chez les enfants plus âgés ou les adultes.

Les antécédents familiaux : Vous êtes plus susceptible de présenter une allergie alimentaire si votre parent ou votre frère ou sœur en est atteint.

Une autre allergie alimentaire : Si vous présentez une allergie alimentaire, vous êtes plus susceptible d'en présenter une autre.

Des maladies connexes : Votre risque est accru si vous êtes atteint d'une maladie allergique telle que l'asthme, l'eczéma ou le rhume des foins.

11 Les allergies alimentaires peuvent-elles être prévenues?

Il est prouvé que l'introduction précoce de certains aliments contenant des allergènes et le maintien d'une ingestion régulière peuvent prévenir l'apparition d'une allergie chez la plupart des enfants à haut risque. En 2019, la Société canadienne de pédiatrie (SCP) a publié des recommandations actualisées sur le moment de l'introduction précoce des aliments potentiellement allergènes pour les nourrissons à haut risque. La nouvelle directive consiste à proposer activement des aliments (sous forme sécuritaire relativement aux risques d'étouffement) contenant des allergènes communs (par exemple, l'arachide et l'œuf) vers l'âge de 6 mois – mais pas avant 4 mois²⁴. En 2021, la SCP et la SCAIC ont renforcé ces recommandations dans un énoncé de positionnement actualisé, en recommandant notamment l'introduction à l'âge de 6 mois environ pour les nourrissons à faible risque²⁵. En 2023, la SCAIC a en outre renforcé l'importance de l'ingestion régulière comme moyen de prévention des allergies alimentaires⁷.

Questions fréquentes sur les allergies alimentaires ...suite

12 Une allergie alimentaire peut-elle disparaître avec le temps?

Les allergies aux arachides, aux noix et aux crustacés et mollusques ont tendance à durer toute la vie. Certaines allergies, comme celles au lait et aux œufs, disparaissent souvent avant l'entrée à l'école.

13 Existe-t-il des traitements contre les allergies alimentaires?

Il existe à l'heure actuelle des traitements qui peuvent désensibiliser une personne à son allergène, ce qui signifie qu'ils augmentent la quantité d'allergène tolérée et réduisent donc le risque de réactions. Il existe différentes méthodes d'administration, notamment l'immunothérapie orale (ITO), l'immunothérapie épicutanée (EPIT) et l'immunothérapie sublinguale (ITSL), l'ITO étant la seule à être accessible à divers degrés au Canada au moment de mettre sous presse. Par ailleurs, la FDA a approuvé l'omalizumab, un produit biologique, pour réduire le risque de réactions, mais il n'a pas encore été approuvé au Canada. Ces thérapies sont des traitements potentiels pour certains patients atteints d'allergie alimentaire. La couverture par les fonds publics et l'accès à ces traitements varient considérablement au pays.

Références

1. Clarke AE et al. *Journal of Allergy and Clinical Immunology: In Practice* 2020;8(4):1428-1430.e5.
2. Harrington DW et al. *Human and Ecological Risk Assessment* 2012;18(6):1338-1358.
3. Constitution de l'Organisation mondiale de la Santé.
4. Walker SO et al. *Medicine* 2016;95(15):e3156.
5. Du Toit G et al. *The New England Journal of Medicine* 2015;372(9):803-13.
6. Lachover-Roth I et al. *Annals of Allergy, Asthma & Immunology* 2023;130(2):233-239.e4.
7. Abrams E et al. *Allergy, Asthma, and Clinical Immunology* 2023;19(1):63.
8. Travaux de recherche effectués auprès des membres, Allergies Alimentaires Canada, 2024.
9. Jeimy S et al. *Canadian Medical Association Journal* 2024;196(23):E790-E791.
10. Miles LM et al. *Journal of Allergy and Clinical Immunology: In Practice* 2021;9(6):2321-2333.
11. Nibb RC, Herbert LJ, Jones CJ et al. *Allergy* 2024;00:1-11.
12. Shemesh E et al. *Pediatrics* 2013;131(1):e10-e17.
13. Abo M, Slater M, Jain P. *Health Communication* 2017;32(7):803-811.
14. Dominguez S et al. *International Journal of Hospitality Management* 2024;122(103825).
15. Recherche auprès du secteur de la restauration, Allergies Alimentaires Canada, 2023.
16. Sampson H et al. *Journal of Allergy and Clinical Immunology* 2006;117(2):391-397.
17. Warren CM et al. *Annals of Allergy, Asthma & Immunology* 2023;130(5):637-648.e5.
18. Goodwin RD et al. *Journal of Pediatrics* 2017;187:258-264.e1.
19. Golding MA et al. *Allergy, Asthma & Clinical Immunology* 2021;17(1):28.
20. Treffeisen ER et al. *Academic Pediatrics* 2024;S1876-2859(24)00328-0.
21. Frykas Tara LM et al. *Allergy, Asthma & Clinical Immunology* 2021;17(1):12.
22. Bhamra M et al. *Allergy, Asthma & Clinical Immunology* 2023;19(1)60.
23. Anaphylaxis and Allergy in the Emergency Department, Canadian Institute for Health Information, 2015.
24. Abrams EM et al. *Paediatrics & Child Health* 2019;24(1):56-57.
25. Abrams EM et al. *Paediatrics & Child Health* 2021;26(8)504-505.

À propos d'Allergies Alimentaires Canada

Allergies Alimentaires Canada est un organisme de bienfaisance national qui s'engage à éduquer la population, à soutenir les plus de 3 millions de Canadiens touchés par des allergies alimentaires et à défendre leurs intérêts.

Nous visons à améliorer la qualité de vie des personnes qui vivent avec des allergies alimentaires et de leurs familles en offrant des outils éducatifs et le soutien nécessaire pour bien vivre avec une allergie alimentaire, en favorisant le soutien au sein des communautés et en donnant une voix à l'échelle nationale aux personnes allergiques relativement aux enjeux qui les touchent particulièrement.

Visitez allergiesalimentairescanada.ca pour plus d'information.

Au sujet de la Société canadienne d'allergie et d'immunologie clinique (SCAIC)

La SCAIC est le principal organisme canadien pour les professionnels de la santé œuvrant dans le domaine de l'allergie, l'asthme et l'immunologie clinique.

La SCAIC est le principal organisme canadien pour les professionnels de la santé œuvrant dans le domaine de l'allergie, l'asthme et l'immunologie clinique. La Société joue un rôle de leader et d'expert au sein de cette spécialité. Par ailleurs, elle fournit un lieu permettant à ses membres d'interagir, de réseauter et d'apprendre les uns des autres. La SCAIC est une société membre de la World Allergy Organization (WAO) et de l'Association médicale canadienne (AMC). Elle travaille aussi de près avec les organismes d'information pour les patients en vue d'améliorer la qualité de vie des Canadiens aux prises avec des affections allergiques et immunologiques. La mission de la SCAIC est de faire progresser le savoir lié aux allergies, à l'asthme et à l'immunologie pour optimiser les soins aux patients d'un océan à l'autre.

Consulter le csaci.ca pour en connaître davantage.



Joignez-vous à nous.

Le Plan d'action national relatif aux allergies alimentaires contribuera à réduire les répercussions des allergies alimentaires ainsi qu'à améliorer la qualité de vie des Canadiens vivant avec une allergie alimentaire.

Communiquez avec nous au plannational@allergiesalimentairescanada.ca