



# Allergènes alimentaires

**Les allergies alimentaires peuvent être responsables de troubles de santé graves. Pour diminuer le risque, adoptez un bon réflexe : lisez les étiquettes des produits que vous consommez !**

### Qu'est-ce qu'un allergène ?

Un allergène est une substance qui déclenche l'allergie, un ensemble de réactions du système immunitaire de l'organisme à la suite d'un contact, d'une ingestion, voire d'une inhalation.

La fréquence des allergies alimentaires et leurs conséquences sur la santé ont amené les pouvoirs publics à instaurer des mesures d'information du consommateur.

### Quelles sont les règles d'étiquetage ?

Tout produit contenant des allergènes fait l'objet d'un étiquetage obligatoire. L'ingrédient doit figurer sur l'étiquetage dans la liste des ingrédients de la denrée par **une référence claire au nom de l'allergène**.

Par exemple, si la recette d'une denrée met en œuvre de la lécithine issue de soja en tant qu'émulsifiant, celle-ci devra être mentionnée en tant que telle dans la liste des ingrédients « *émulsifiant : lécithine de soja* », et non « *émulsifiant : lécithine* » ou « *émulsifiant : E322* ».

Le règlement n°1169/2011 concernant l'information du consommateur sur les denrées alimentaires, dit INCO, prévoit que, pour les produits préemballés, la présence d'allergènes doit figurer sur **la liste des ingrédients et être mise en exergue**. Ainsi, l'allergène pourra être inscrit en gras, en italique ou souligné. Pour les produits dispensés de liste des allergènes, l'étiquette doit porter la mention « Contient » suivi du nom de l'allergène.

Pour les produits non préemballés, le décret n°2015-447 du 17 avril 2015 rappelle que l'indication de la présence d'allergènes se fait obligatoirement par écrit, à proximité du produit concerné, de façon à ce qu'il n'existe aucun doute pour le consommateur.

Dans le cadre de la restauration collective, si un dispositif permet à un consommateur allergique de signaler son refus de consommer un allergène, cet affichage n'est pas obligatoire.

### La présence fortuite d'allergènes

Les règles d'étiquetage ne concernent que les ingrédients introduits volontairement par le fabricant dans la recette du produit.

La présence fortuite d'allergènes majeurs (contamination involontaire par contact avec d'autres produits sur la chaîne de fabrication, lors du stockage ou du transport) n'est pas impossible.

En conséquence, les industriels de l'agroalimentaire doivent évaluer les risques de contamination et tout mettre en œuvre pour les réduire.

Un étiquetage du type « *peut contenir des traces de...* » ou « *susceptible de contenir des...* » ne constitue qu'un dernier recours dans le cas où il n'est pas possible de maîtriser le risque de contamination fortuite.

L'article 36 du règlement INCO prévoit que la Commission européenne adoptera un acte d'exécution sur ce thème.

## Liste des allergènes

La liste des allergènes est périodiquement révisée en fonction des évaluations scientifiques.

Allergènes	Exclusions
<b>Céréales contenant du gluten</b> (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybridées) et produits à base de ces céréales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sirops de glucose à base de blé, y compris le dextrose.</li> <li>• Maltodextrines à base de blé.</li> <li>• Sirops de glucose à base d'orge.</li> <li>• Céréales utilisées pour la fabrication de distillats ou d'alcool éthylique d'origine agricole pour les boissons spiritueuses et d'autres boissons alcooliques.</li> </ul>
<b>Crustacés</b> et produits à base de crustacés.	
<b>Œufs</b> et produits à base d'œufs.	
<b>Poissons</b> et produits à base de poissons.	Gélatine de poisson utilisée comme support pour les préparations de vitamines ou de caroténoïdes ou ichtyocolle utilisée comme agent de clarification dans la bière et le vin.
<b>Arachides et produits à base d'arachide.</b>	
<b>Soja</b> et produits à base de soja.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Huile et la graisse de soja entièrement raffinées.</li> <li>• Tocophérols mixtes naturels.</li> <li>• Phytostérols et esters de phytostérol dérivés d'huiles végétales de soja.</li> <li>• Ester de stanol végétal produit à partir de stérols dérivés d'huiles végétales de soja.</li> </ul>
<b>Lait</b> et produits à base de lait (y compris de lactose).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lactosérum utilisé pour la fabrication de distillats alcooliques, y compris d'alcool éthylique d'origine agricole.</li> <li>• Lactitol.</li> </ul>
<b>Fruits à coques</b> (amandes, noisettes, noix, noix de : cajou, pécan, macadamia, du Brésil, du Queensland, pistaches) et produits à base de ces fruits.	Fruits à coques utilisés pour la fabrication de distillats alcooliques, y compris d'alcool éthylique d'origine agricole.
<b>Céleri</b> et produits à base de céleri.	
<b>Moutarde</b> et produits à base de moutarde.	
<b>Graines de sésame</b> et produits à base de graines de sésame.	
<b>Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l</b> (exprimés en SO <sub>2</sub> ).	
<b>Lupin</b> et produits à base de lupin.	
<b>Mollusques</b> et produits à base de mollusques.	

## Textes de référence

- ▶ [Règlement \(UE\) n°1169/2011](#) concernant l'information du consommateur sur les denrées alimentaires et notamment ses [articles 9, 21, 44 et l'annexe II](#) sur les substances ou produits provoquant des allergies ou intolérances.
- ▶ [Décret n°2015-447](#) du 17 avril 2015 relatif à l'information des consommateurs sur les allergènes et les denrées alimentaires non préemballées.

## Liens utiles

- ▶ [Les règles d'étiquetage des denrées alimentaires](#)
- ▶ [Contrôle de l'étiquetage des denrées alimentaires](#)
- ▶ [Le dépliant sur les allergènes alimentaires](#)

*Les éléments ci-dessus sont donnés à titre d'information. Ils ne sont pas forcément exhaustifs et ne sauraient se substituer aux textes officiels.*



***Vous avez rencontré un problème en tant que consommateur ?***

***Signalez-le sur [www.signal.conso.gouv.fr](http://www.signal.conso.gouv.fr), le site de la DGCCRF***

**Crédit photo : ©Pixabay**