

ON SURVEILLE POUR VOUS

Bulletin d'information lanauois

Octobre 2013 | NUMÉRO 23

Les allergies alimentaires

Allergies en hausse

Depuis une vingtaine d'années, les allergies de tous genres ont connu des hausses importantes. C'est le cas, entre autres, des allergies alimentaires. Celles-ci seraient en augmentation autant chez les adultes que chez les enfants (MAPAQ, 2013). Les allergies alimentaires ont généralement tendance à se manifester durant l'enfance, même si elles peuvent se développer à n'importe quel moment de la vie (MAPAQ, 2013).

« La majorité des enfants ayant une allergie alimentaire sont susceptibles de la perdre en vieillissant » (INSPQ, 2012). « Entre 75 % et 80 % des enfants auront perdu leur allergie à l'âge de 3 ans et 95 % à l'âge de 5 ans » (MAPAQ, 2013, p. 8). « Seuls les enfants atteints d'une allergie aux arachides demeurent généralement allergiques à vie » (INSPQ, 2012, p. 1).

Les aliments à risque

L'Agence canadienne d'inspection des aliments a établi une liste des aliments considérés responsables de la majorité des réactions allergiques graves (MAPAQ, 2013).

Il s'agit du lait, du soya, des oeufs, du blé, du sésame, des noix, des arachides, des crustacées et des mollusques. **Ces trois derniers sont parmi ceux que l'on associe le plus souvent à des réactions allergiques très sévères.** Il ne faut pas oublier que n'importe quel aliment peut déclencher une réaction allergique.

Plusieurs facteurs, dont ceux reliés à la qualité de l'environnement et à l'hérédité, sont mis en cause pour expliquer l'augmentation des allergies alimentaires. On identifie aussi parmi ces facteurs l'arrivée sur le marché de nombreux aliments exotiques et de plusieurs épices provenant du monde entier ainsi que la transformation industrielle plus fréquente des aliments dans lesquels sont introduits des allergènes « masqués ». Les allergies alimentaires sont aussi plus souvent diagnostiquées qu'auparavant par les médecins.

Au Canada, entre 3 et 4 % des adultes et entre 7 et 8 % des enfants sont affectés par des allergies alimentaires. Le bagage héréditaire propice et l'exposition répétée avec un allergène sont les deux conditions favorables au développement des allergies alimentaires (MAPAQ, 2013).

Intolérance ou allergie alimentaire ?

Il importe de bien distinguer l'intolérance de l'allergie alimentaire.

L'**intolérance** est « une réaction anormale de l'organisme consécutive à l'ingestion d'un aliment ou d'un additif alimentaire » (MAPAQ, 2013, p. 6). Les symptômes de l'intolérance peuvent se produire plusieurs heures après l'ingestion de l'aliment. Les réactions liées à l'intolérance affectent principalement le système digestif causant des diarrhées, des vomissements, des ballonnements, des crampes d'estomac et des gaz (MAPAQ, 2013).

L'**allergie alimentaire** est définie comme étant « une réaction du système immunitaire à une protéine [ou à un aliment]. Elle se manifeste rapidement après l'ingestion de l'aliment, même s'il est pris en petite quantité » (MAPAQ, 2013, p. 6). Les réactions allergiques peuvent affecter les systèmes respiratoire, cutané, digestif, cardiovasculaire et même l'état de conscience de l'individu. « Dans le cas des allergies alimentaires, la réaction peut être sévère, voire fatale » (MAPAQ, 2013, p. 3).

Auto-diagnostic

Il importe de rappeler qu'il est hasardeux de s'auto-diagnostiquer une allergie alimentaire ou une intolérance, par exemple, au gluten, au lactose, etc.

Si un de ces problèmes apparaît, il est souhaitable de consulter un médecin afin d'obtenir un diagnostic. On peut ainsi éviter de s'inquiéter en vain et d'exclure inutilement des aliments de son menu.

Prévalences régionales des allergies alimentaires

Parmi les adultes

La donnée la plus récente établissant la prévalence des allergies alimentaires parmi les adultes provient de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) de 2005. Autour de 6 % des adultes de 20 ans et plus dans Lanaudière et au Québec déclaraient avoir reçu un diagnostic d'allergies alimentaires. On estime ainsi qu'environ 17 700 Lanaudois de cet âge en étaient atteints.

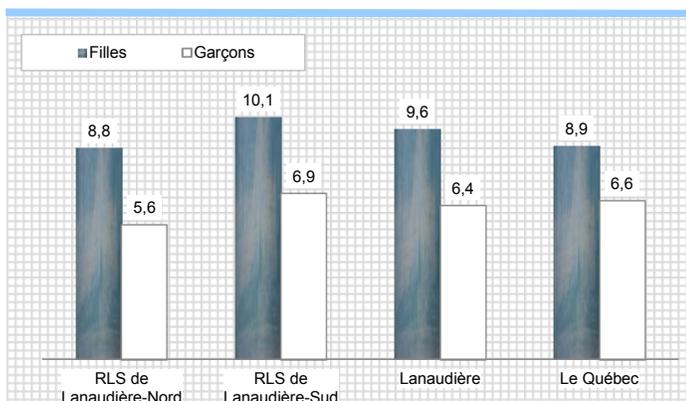
Parmi les jeunes du secondaire

Dans Lanaudière comme au Québec, environ 8 % des élèves fréquentant les écoles secondaires ont reçu d'un médecin ou d'un professionnel de la santé un diagnostic d'allergies alimentaires. Ce pourcentage correspond à environ 2 200 élèves.

Sexe

Que ce soit dans Lanaudière ou à l'échelle des deux territoires de réseau local de service (RLS), la proportion des élèves du secondaire déclarant avoir eu un diagnostic d'allergies alimentaires est significativement plus élevée chez les filles que chez les garçons.

Élèves du secondaire ayant déclaré avoir reçu un diagnostic d'allergies alimentaires selon le sexe, territoires de RLS, Lanaudière et le Québec, 2010-2011 (%)



Source : Fichier maître de l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS) 2010-2011, INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC. Rapport de l'onglet Plan commun de surveillance produit par l'Infocentre de santé publique à l'Institut national de santé publique du Québec, octobre 2012. Mise à jour de l'indicateur le 23 octobre 2012.

L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS) a été menée dans Lanaudière en 2010-2011 auprès des élèves des écoles secondaires des réseaux public et privé. Cette enquête permet pour la première fois d'obtenir des données fiables sur la prévalence des allergies alimentaires aussi bien à l'échelle régionale que dans les deux territoires de RLS.

Références :

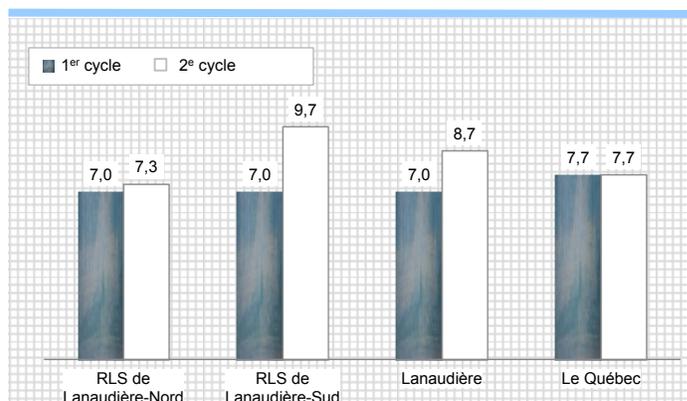
INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC (INSPQ). *Fiche-indicateur : Proportion des élèves du secondaire ayant déclaré avoir reçu un diagnostic d'allergies alimentaires (EQSJS)*. Infocentre de santé publique, Québec, INSPQ, octobre 2012, 6 p.
MINISTÈRE DE L'AGRICULTURE, DES PÊCHERIES ET DE L'ALIMENTATION. *Votre carnet d'information. Les allergies alimentaires*, Québec, Gouvernement du Québec, 2013, 28 p. (site Web consulté en 2013 : mapaq.gouv.qc.ca).

Pour obtenir une version de ce document, le lecteur est invité à consulter le SYLIA sur le site Web de l'Agence au : www.agencelanaudiere.qc.ca/syLIA sous la rubrique Nos publications.

Cycle scolaire au secondaire

Quand on compare les cycles scolaires, il apparaît que pour Lanaudière, de même que pour le RLS de Lanaudière-Sud, les élèves du 2^e cycle obtiennent des pourcentages supérieurs à ceux du 1^{er} cycle en ce qui a trait au diagnostic d'allergies alimentaires.

Élèves du secondaire ayant déclaré avoir reçu un diagnostic d'allergies alimentaires selon le cycle scolaire, territoires de RLS, Lanaudière et le Québec, 2010-2011 (%)



Source : Fichier maître de l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS) 2010-2011, INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC. Rapport de l'onglet Plan commun de surveillance produit par l'Infocentre de santé publique à l'Institut national de santé publique du Québec, octobre 2012. Mise à jour de l'indicateur le 23 octobre 2012.

Territoire

Les filles du 2^e cycle de la région de Lanaudière (10 %), et plus particulièrement celles du territoire du RLS de Lanaudière-Sud (12 %), se distinguent de celles du reste du Québec (9 %) en ayant un pourcentage plus élevé d'élèves ayant eu un diagnostic d'allergies alimentaires (Données non présentées).

Conclusion

Il est important de souligner que le fait d'avoir reçu un diagnostic d'allergies alimentaires n'est pas associé aux caractéristiques reliées au statut socioéconomique comme beaucoup d'autres problèmes de santé le sont. Leur importance grandissante au sein de la population incite toutefois les autorités de santé publique à demeurer vigilantes.

Conception graphique : Josée Payette
Rédaction : Louise Lemire et Josée Payette
Comité de lecture : Daniel Paquette, médecin-conseil, DSP
Cloé Pelletier, stagiaire en nutrition, UdeM
Sous la coordination de : Élisabeth Cadieux
Mise en page : Micheline Clermont

Dépôt légal
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Quatrième trimestre 2013
ISSN : 1925-783X (PDF)
1925-7848 (en ligne)

Agence de la santé
et des services sociaux
de Lanaudière
Québec