

## ALLERGIES ALIMENTAIRES: LES MYSTÈRES DU TUBE DIGESTIF

*Publié le 13 septembre 2017*



Un milliard de personnes souffrent d'allergies sur les quelque 7,5 milliards de terriens. Des rhinites accablent 400 millions d'individus. L'asthme 300 millions. Les allergies alimentaires 200 millions. Plus de 90% des allergiques vivent dans des pays riches.

L'évolution des allergies est parallèle à la modernisation du mode de vie. Aux progrès de l'hygiène. À l'usage des antibiotiques chez les nouveau-nés. En contact avec des microbes, les enfants fréquentant une crèche ou élevés en milieu agricole semblent mieux protégés.



Olivier Michel, professeur d'allergologie à l'Université Libre de Bruxelles (ULB), cerne les réactions exagérées, non contrôlées, de notre système immunitaire avec «[Tous allergiques?](#)» aux éditions Mardaga. Dans la collection «Santé en Soi» dirigée par la médecin Karin Rondia. Les auteurs, des praticiens, ont à cœur de transmettre leur savoir, leurs interrogations, leurs tentatives de réponses.

## Quand le système immunitaire dérape

«Le fonctionnement harmonieux du système immunitaire dépend de l'âge, du sexe, de l'état de nutrition, de la nature de l'environnement extérieur et très probablement de facteurs psychologiques comme le stress et la dépression», explique le chef du [Service d'immuno-allergologie du CHU Brugmann à Bruxelles](#). «L'efficacité du système immunitaire est très variable d'une personne à l'autre. Ces caractéristiques sont déterminées par la génétique. Et par l'exposition environnementale pendant la grossesse de la maman.»

«Tous allergiques? », par le Dr Olivier Michel, Editions Mardaga. (VP 18 euros).

En cas d'allergie, l'organisme réagit au contact d'éléments inoffensifs. Des grains de pollen, des médicaments, des aliments... La mise en garde «peut contenir des traces de fruits à coque, de lait et de gluten» figure sur de nombreux emballages. Les allergies alimentaires pourraient toucher jusqu'à 10% de la population.

«C'est notamment dû aux très nombreux additifs qui sont de plus en plus souvent présents dans notre alimentation. Les allergies alimentaires sont l'un des domaines les plus complexes et les plus débattus de l'allergologie. Les frontières sont ténues entre approche scientifique rigoureuse et approche émotionnelle, entre objectivité et subjectivité, entre science et croyance. Souvent on croit, ou on nous fait croire, que l'on est allergique à toutes sortes de choses. En réalité, rien n'est moins sûr. Mais, c'est assez difficile à prouver.»

## Des réactions modulées par divers facteurs

«À partir du moment où un aliment entame le trajet digestif, il est difficile de savoir à quel niveau se déclenchent les étapes critiques d'une réaction allergique: bouche, œsophage, intestin? De plus, cette réaction peut être modulée par d'autres facteurs comme la consommation d'alcool, l'effort physique, les microbes intestinaux. Voire la prise d'antibiotique ou d'aspirine.»

L'arachide est souvent pointée. Elle contient 32 protéines, dont au moins 18 sont potentiellement allergisantes et se retrouvent parfois dans des aliments de la même famille. Les personnes qui présentent une rhinite printanière liée à l'allergie au bouleau peuvent développer un gonflement de la bouche lors de la consommation d'arachide, de pomme ou de kiwi. En milieu hospitalier, l'ingestion d'une très petite quantité d'allergène, augmentée très progressivement, permet de savoir si l'aliment suspect est réellement allergisant.

## Test sanguin

«Il ne faut pas confondre l'intolérance au lactose avec une allergie au lait. Elle est provoquée par une incapacité à digérer le lactose en raison d'un déficit de la lactase, enzyme grâce à laquelle le lait est digéré dans l'intestin. Ce déficit est d'origine génétique.»

L'intolérance au gluten... «Les mécanismes de la maladie cœliaque sont complexes. Leur compréhension a permis de mettre au point un test sanguin très fiable pour le diagnostic. Il s'agit tout simplement de la détection des anticorps IgA anti-gliadine déamidée et anti-transglutaminase. Ce diagnostic est généralement complété par une biopsie intestinale. Dans cette maladie, les microvillosités qui tapissent la surface de la muqueuse intestinale sont décapées sur des portions parfois très importantes.»

Le choix du traitement d'une allergie résulte d'une réflexion basée sur des données objectives incluant les préférences, le vécu du patient et l'expérience du médecin. Sur le plan thérapeutique et préventif, des chercheurs et l'industrie développent de nouvelles approches basées sur la biologie moléculaire, les biothérapies.