



# Je suis allergique à la noisette...



Document donné par (tampon):

Pour éviter toute réaction allergique, il convient de mettre en place l'éviction des aliments ou de préparations contenant la noisette. Ce document élaboré par **ALLERGODIET**, groupe de travail de la **Société Française d'Allergologie**, vous présente des conseils pour limiter les risques d'exposition accidentelle.

## Qu'est-ce que c'est ?

La noisette fait partie de la famille des **fruits à coque**, qui regroupe : la noix, la noix de Pécan, la noix de Macadamia, la noix du Brésil, l'amande, la pistache, la noix de cajou et la noisette. L'éviction ne concerne pas systématiquement l'ensemble de ces fruits à coque. **Pas d'éviction inutile !** Votre allergologue vous précisera les aliments à éviter.

## Comment repérer la noisette dans les produits alimentaires ?



La noisette fait partie des 14 Allergènes à Déclaration Obligatoire (ADO), elle est **identifiable**.

- **Pour les produits préemballés** : sa présence **doit figurer obligatoirement dans la liste des ingrédients** de manière distincte (en **gras**, ou en *italique*, ou en MAJUSCULE, ou de **couleur différente** ou souligné).



TENDRE AU LAIT MILKA, CHOCOLAT AU LAIT DU PAYS ALPIN FOURRE CREME CONFISEUR (45%) DE LAIT : Sucre, graisse de palme, **lait** écrémé en poudre, beurre de cacao, lactosérum en poudre (de **lait**), pâte de cacao, **beurre** concentré, émulsifiants (lécithine de **soja**, lécithine de tournesol), **pâte de noisettes**, arôme. 7% de lait écrémé en poudre dans le fourrage crème confiseur de lait. **Peut contenir autres fruits à coque et blé.**



**Ne pas se fier uniquement à la dénomination de vente, ni à la photo sur l'emballage ! Toujours, vérifier la liste des ingrédients ! La noisette peut parfois se retrouver masquée dans un produit dans lequel nous ne l'attendons pas !**

- **Pour les produits non préemballés** (aliments ou repas servis au restaurant, cantine, traiteur, boulanger, restauration rapide...) : depuis 2015, une réglementation impose aux professionnels **l'indication par écrit et à proximité du produit concerné, de la présence des 14 ADO dont la noisette**, de façon à ce qu'il n'existe aucun doute pour le consommateur. Vous pouvez demander à avoir accès à ces informations.

Réglementation européenne « INCO » (n°1169/2011)

## L'étiquetage de précaution (« les traces... ») sur l'étiquette des aliments, qu'est-ce que j'en fais ?

**La consommation des produits portant la mention « traces » est autorisée dans la grande majorité des cas. Cet étiquetage n'est pas clairement réglementé.**

« Peut contenir des traces de ... »

« Susceptible de contenir des... »

« Fabriqué dans un atelier qui utilise ... »

« Traces de ... »

« Traces éventuelles de ... »



### À l'étranger : Allergie / Noisette

Anglais : Allergy / Hazelnut Allemand : Allergie / Haselnuss

Italien : Allergia / Nocciola Espagnol : Alergia / Avellana

Portugais : Alergia / Avelã

Arabe : Hisasia حساسية / البندق albandaq



## Dans quoi j'en trouve ?

Cette liste d'exemples ne peut être considérée comme exhaustive, étant donné le changement fréquent de composition des produits et l'apparition de nouveautés (nouvelles marques, nouvelles compositions,...). C'est pourquoi, il est **indispensable de vérifier la liste des ingrédients, lors de chaque achat et avant toute consommation.**



## ⚠ Situations à risque ? Où et quand faire particulièrement attention ?



**Restauration à table**  
Restaurant gastronomique ou traditionnel de cuisine française ou étrangère, cafétéria, fast food, ...



**Restauration nomade**  
Stand de marché, de foire, food truck, snack, boulangeries - pâtisseries, ...



**Restauration collective**  
A l'école, périscolaire, au travail, en établissement de santé, ...



**Restauration festive**  
Cercle familial, amical ou professionnel, kermesse, goûter d'anniversaire, apéritif, repas de fêtes, banquets, ...

**IMPORTANT = PREVENIR systématiquement l'entourage** de la personne allergique : enseignants, personnels encadrants, amis, famille, ... Dès qu'il y a une nouvelle personne dans l'entourage de l'enfant s'assurer qu'elle est au courant de l'allergie (enseignant remplaçant, nouvel animateur, nouveau professeur...)