



Pour éviter toute réaction allergique, il convient de mettre en place l'éviction des aliments ou de préparations contenant du kiwi. 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.

Coordonnées du professionnel de santé

QU'EST CE QUE C'EST ? (famille botanique : Actinidiaceae)

L'allergie au kiwi concerne toutes les variétés de kiwis (hayward, sungold, red passion...) et n'est pas systématiquement associée à une allergie à la banane ou à l'avocat, ni aux fruits dit exotiques.

Pas d'éviction inutile ! Grâce à des tests, votre allergologue vous précisera les aliments à éviter et ceux que votre organisme tolère.

COMMENT REPÉRER LE KIWI DANS LES PRODUITS ALIMENTAIRES ?



Le kiwi ne fait pas partie des allergènes à déclaration obligatoire, il ne sera pas indiqué de manière distincte.



- **Eviter** les produits contenant dans la liste des ingrédients les mentions : « **kiwi** ».
- **Se méfier** aussi des appellations : « **Fruits exotiques** », « **fruits tropicaux** », « **multivitaminés** » ou encore « **multifruits** » dans la dénomination de vente.



Ⓢ Nectar multifruits à base de concentrés. Teneur en fruits : 50% minimum. Ingrédients : Jus de fruits à base de concentrés : pomme (23,5%), orange (20%), citron (2%), raisin (<1%), fruit de la passion (<1%), banane (<1%), kiwi (<1%), purées de fruits : banane (<2%), goyave (<1%), purées de fruits à base de concentrés : mangue (<1%), abricot (<1%), eau, sucre, bêta carotène. Conservation :

- **Confiserie gélifiée aromatisée.**

Ingrédients : sirop de glucose, sucre, gélatine, dextrose, acidifiant : acide citrique, jus de fruits concentrés : pomme, orange, citron, fraise, framboise, ananas, arôme, concentrés de fruits et de plantes : carthame, spiruline, pomme **kiwi**, orange, baie de sureau, citron, mangue, fruit de la passion, cassis, aronie, raisins, agents d'enrobage : cire d'abeille blanche et jaune, cire de carnauba.



Ⓢ Gâteau avec 8 % de fourrage aux kiwis et 10 % de glaçage au cacao maigre
Ingrédients: sucre, oeufs, farine de blé*, huile de palme*, amidon de blé, sirop de glucose-fructose, humectants: sorbitols, glycérol; huile de palme* totalement hydrogénée, cacao maigre en poudre (0,4 % jus de kiwi), 0,3 % kiwi, jus de pomme, sel, poudres à lever: diphosphates, carbonates de sodium; émulsifiants: mono- et diglycérides d'acides gras, tristearate de sorbitane, lécithines; arôme naturel, correcteurs d'acidité: acétates de sodium, acide citrique; gélifiant: pectines, jus de citron concentré, extraits de plantes (carthame, algue), colorant: bêta-carotène. (* huile de palme certifiée durable). Ce produit peut contenir des traces de fruits à coques et de produits laitiers.



Il peut parfois se retrouver masqué dans l'alimentation. Bien se renseigner sur sa présence dans les aliments non emballés.

DANS QUELS PRODUITS 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.**

Le kiwi en fruit frais, en salades de fruits, en fruits séchés...



Le kiwi masqué dans les boissons (jus, smoothies, cocktail, sirop, eaux aromatisées, ...)



Dans les pâtisseries (tutti frutti), les cakes, en décoration, dans les desserts en verrine



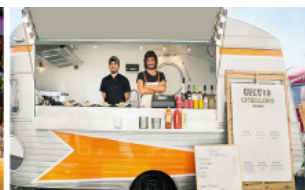
Le kiwi « cuit » dans les compotes, les fruits au sirop, les confitures et les bonbons



SITUATIONS À RISQUE : OÙ ET QUAND FAIRE PARTICULIÈREMENT ATTENTION ?



Restauration à table
Cuisine française ou étrangère, cafétéria, fast food...



Restauration nomade
Stand de marché, de foire, food truck, snack, boulangerie...



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



Restauration festive
Cercle familial, amical ou professionnel, goûter d'anniversaire, apéritif, cocktail...



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



À l'étranger : Allergie / Kiwi, Anglais : Allergy / Kiwi, Allemand : Allergie / Kiwi, Espagnol : Alergia / kiwi
Italien : Allergia / Kiwi, Portugais : Alergia / Kiwi, Arabe : حساسية الكيوي - hasasiyat alkiwiyyi