



Je suis allergique à la noix du Brésil (Noix d'Amazonie)



Document donné par (tampon):

Pour éviter toute réaction allergique, il convient de mettre en place l'éviction des aliments ou de préparations contenant de la noix du Brésil. 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 **noix du Brésil**, appelée aussi **noix d'Amazonie**, fait partie de la **famille des fruits à coque**, qui regroupe : la noisette, la noix, la noix de Pécan, la noix de Macadamia, la pistache, la noix de cajou, l'amande et la noix du Brésil. L'allergie à la noix du Brésil n'est pas associée systématiquement à une allergie aux autres fruits à coque. **Pas d'éviction inutile !** Votre allergologue vous précisera les aliments à éviter.

Comment repérer la noix du Brésil dans les produits alimentaires ?

La noix du Brésil (= fruits à coque) fait partie des 14 Allergènes à Déclaration Obligatoire (ADO), elle est **identifiable** :



- **Pour les produits préemballés** : la présence de noix du Brésil **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**).

Exemple :

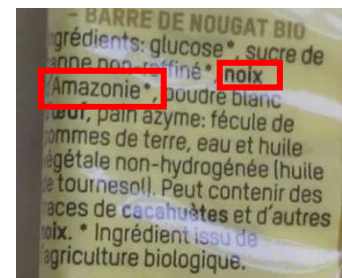


Barres généreuses aux amandes grillées et chocolat.

Ingrédients : Céréales Complètes (49%) (Flocons d'AVOINE, Flocons d'ORGE, Farine d'AVOINE), Sucre de Canne non Raffiné, Noix (15%) (AMANDES Effilées (6%), NOISSETTES Grillées (5%), Morceaux de **NOIX DU BRÉSIL (3%)**, Eclats de NOIX DE PECAN (1%), Huiles Végétales (Huile de Colza, Huile de Palme), Farine de Riz, Noix de Coco Séchée, Pâte de NOISSETTE.



Ne pas se fier uniquement à la dénomination de vente, ni à la photo sur l'emballage ! **Toujours, vérifier la liste des ingrédients ! La noix du Brésil peut parfois se retrouver masquée dans un produit dans lequel nous ne l'attendons pas ! La noix de Brésil peut être étiquetée sous l'appellation « noix d'Amazonie » !**



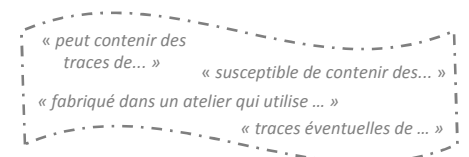
- **Pour les produits non préemballés** (aliments ou repas servis au restaurant, cantine, traiteur, boulanger, restauration rapide...) : depuis 2015, une réglementation impose aux professionnels **l'indication par écrit et à proximité du produit concerné, de la présence des 14 ADO dont la noix du Brésil**, 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.

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.



Je suis allergique à la noix de Brésil...

Dans quels ingrédients 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.**



Apéro ou encas...
(Grillées et/ou salées, mélangées à d'autres fruits secs)

Céréales petit déjeuner
(Muesli, Granola)



Huiles de noix du Brésil
(car non raffinées et peuvent contenir des allergènes)

Barre de céréales, nougat...

Situations à risque ? Où et quand faire particulièrement attention ?



Au restaurant



En balade



A l'école ou au travail



A l'apéritif

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...)

À l'étranger : Allergie / Noix du Brésil ou d'Amazonie



Anglais : Allergy / Brazil nut (Amazon nuts)



Allemand : Allergie / Paranüsse (Amazon Nüsse)



Italien : Allergia / Noci del Brasile (Noci amazzoniche)



Espagnol : Alergia / Nueces de Brasil (Nueces amazónicas)



Portugais : Alergia / Castanha do Brasil (Nozes da Amazônia)



Arabe : حساسية / البرازيل المكسرات

