

# Allergènes alimentaires : qu'y a-t-il derrière l'étiquette ?

Avril 2025

## Introduction

Certains produits alimentaires peuvent déclencher des réactions allergiques chez certaines personnes, leur système immunitaire réagissant à des substances qui n'induisent pas de réaction chez la plupart des gens. Les allergènes alimentaires sont les protéines présentes dans les aliments qui déclenchent ces réactions allergiques. En raison des effets potentiellement dangereux pour les personnes allergiques, il est de la plus haute importance de bien comprendre les exigences en matière d'allergènes pour les produits alimentaires.

Ce document donne un aperçu général des législations actuelles et des exigences en matière d'étiquetage des allergènes, en mettant l'accent sur le marché belge et européen.

## 1. Règlements générales

### 1.1 Europe

Le règlement [1169/2011](#), effectif depuis décembre 2014, constitue la seule législation européenne applicable aux allergènes alimentaires.

En vertu de ce règlement, les fournisseurs de denrées alimentaires doivent fournir des informations sur les

allergènes présents dans leurs produits. Il s'applique à la fois aux produits alimentaires préemballés et aux produits alimentaires non emballés.

L'annexe II contient une liste de 14 substances ou produits connus pour provoquer des allergies ou des intolérances (lait, œufs, poissons, crustacés, fruits à coque, arachides, noix, blé (gluten), soja, sésame, céleri, moutarde, lupin et mollusques). Lorsqu'ils sont utilisés comme ingrédients, ils doivent être déclarés dans la liste des ingrédients. En outre, des exceptions sont prévues pour ces substances.

Le règlement d'exécution (UE) [No 828/2014](#) de la Commission établit des exigences harmonisées pour informer les consommateurs de l'absence ou de la présence réduite de gluten dans les denrées alimentaires. Cette législation définit les conditions dans lesquelles les aliments peuvent être étiquetés comme « sans gluten » ou « à très faible teneur en gluten ». Pour plus d'informations sur les « aliments sans gluten », consultez la page web spécifique de la [DG SANTE](#).

Les limites proposées s'appliquent aux produits alimentaires tels qu'ils sont vendus au consommateur final.

Find more on

[www.primoris-lab.com](http://www.primoris-lab.com)



**Sans gluten** : pas plus de 20mg/kg de gluten

**Très faible teneur en gluten** : pas plus de 100mg/kg de gluten

## 1.2 Etats-Unis

La FDA applique des réglementations obligeant les entreprises à dresser la liste des ingrédients sur les aliments et les boissons conditionnés. Pour certains aliments ou substances qui provoquent des allergies ou d'autres réactions d'hypersensibilité, les exigences en matière d'étiquetage sont plus spécifiques.

La loi de 2004 sur l'étiquetage des allergènes alimentaires et la protection des consommateurs (FALCPA) identifie huit aliments comme allergènes alimentaires majeurs : le lait, les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits à coque, les arachides, le blé et les noix. À partir du 1er janvier 2023, le sésame a été ajouté en tant que 9e allergène alimentaire majeur. La FALCPA exige que les aliments ou ingrédients contenant un « allergène alimentaire majeur » soient spécifiquement étiquetés avec le nom de la source de l'allergène. Les exigences de la FALCPA en matière d'étiquetage s'appliquent aux établissements de vente au détail et de restauration qui emballent, étiquettent et proposent des produits destinés à la consommation humaine.

L'absence de gluten est définie comme un aliment qui ne contient pas plus de 20 mg/kg de gluten.

## 2. Présence involontaire d'allergènes

Comme indiqué précédemment, conformément au règlement (UE) n° [1169/2011](#) les allergènes alimentaires utilisés comme ingrédients doivent être mentionnés sur l'étiquette.

Mais qu'en est-il des contaminations croisées involontaires?

## 2.1 Les doses de référence

Les doses de référence (DR) sont des seuils établis utilisés pour déterminer, dans les produits alimentaires, les niveaux d'allergènes qui sont considérés comme sûrs pour les personnes souffrant d'allergies. Ces doses sont souvent issues de la recherche scientifique et d'un consensus d'experts, évaluant la quantité d'allergène qui peut être consommée sans déclencher de réaction allergique chez la majorité des personnes sensibles. Les dernières doses de référence ont été fixées à l'aide d'une **ED05**.

La **dose déclenchante** (ED pour 'eliciting dose') est la dose à partir de laquelle une réaction allergique se produit. Les ED sont dérivées de tests cliniques effectués sur des sujets allergiques à l'aide de modèles statistiques de distribution des doses. Avec une ED<sub>p</sub>, on s'attend à ce qu'une réaction se produise chez p % de la population allergique. Le choix de p est un choix de gestion du risque. Comme valeur de référence, on choisit généralement la valeur ED01 ou ED05, en tenant compte ou non de la limite inférieure de confiance à 95 %.

La valeur **ED05** est la dose de la protéine allergène totale qui devrait produire des symptômes objectifs chez 5 % de la population allergique.

## Belgique

En l'absence de seuils de notification légaux ou de doses de référence pour les allergènes alimentaires, le Comité scientifique de l'AFSCA (Belgique) a été invité à fournir des conseils sur les doses de référence à utiliser dans le cadre de la surveillance de l'étiquetage des allergènes en 2017.

Un premier avis SciCom Advies 24-2017 a été publié en 2017, suivi d'un avis actualisé en 2022 ([Advies 08-2022](#)), révisant les doses de référence sur la base de données cliniques améliorées.

Find more on

[www.primoris-lab.com](http://www.primoris-lab.com)



Ces doses de référence sont soigneusement déterminées pour minimiser le risque de réactions allergiques pour minimiser le risque de réactions allergiques dans les populations sensibles.

## FAO

Au cours des quatre dernières années, des groupes d'experts de la FAO (Organisation pour l'alimentation et l'agriculture) et de l'OMS (Organisation mondiale de la santé) ont organisé des Consultations d'experts sur l'évaluation des risques liés aux allergènes alimentaires afin de mettre à jour les avis disponibles sur ce sujet important. Ils ont été invités à donner leur avis sur les allergènes prioritaires, les DR et l'étiquetage EPA (Etiquetage Préventif des Allergènes - voir section 2.2). En conséquence, cinq rapports ont été établis.

Contrairement à l'Europe, qui reconnaît 14 allergènes, la FAO et l'OMS ont limité la liste des allergènes prioritaires à neuf allergènes ([rapport de réunion, partie 2](#)).

Des doses de référence ont été proposées pour ces neuf allergènes prioritaires, mais les pays sont libres d'inclure d'autres allergènes si cela s'avère pertinent pour eux.

On s'attend à ce que ces lignes directrices soient mises en œuvre dans le Codex Alimentarius. Toutefois, ce processus devrait prendre plusieurs années.

Table 1: RD proposed by the scientific committee (BE) (Advies 08-2022), VWS (the Netherlands) and by FAO and WHO for codex priority allergens.

RFD RECOMMENDATION (mg total protein from the allergenic source)			
Allergenic commodity	Scientific committee recommendation (FASFC) (BE)	FAO/WHO recommendation	VWS 2024 (NL)
Egg	2	2	2
Milk	2	2	2
Celery*	1		1
Mustard*	1		0,4
Peanut	2	2	2
Hazelnut	3	3	3
Nuts (almond, cashew, pecan, pistachio, walnut, brazil nut* and macadamia nuts*)	1	1	1
Lupine	5		15
Sesame	2	2	2
Crustaceans	200	200	200
Molluscs*	200		20
Fish	5	5	5
Soybean*	5		10
Wheat (and all other cereals containing gluten)	5	5	5**

\* Not included by FAO/WHO

\*\* With a max action limit of 20 mg gluten/kg

## Pays-Bas

Depuis janvier 2024, une nouvelle directive sur les allergènes est applicable aux Pays-Bas.

Pour les neuf allergènes prioritaires (FAO/OMS), les Pays-Bas ont mis en œuvre les mêmes doses de référence. Pour les autres allergènes, les conseils du groupe d'experts FAO/OMS ont été utilisés, à l'exception de la moutarde, pour laquelle aucun conseil n'était disponible.

Le document d'orientation contient également des informations précieuses qui facilitent l'évaluation des risques.

Il s'agit notamment de conseils sur la prévention, tels que les étapes de nettoyage et de validation, l'interprétation des résultats de la validation, l'évaluation des risques, la communication sur les risques, la manière et le moment d'utiliser l'étiquetage de précaution, etc.

## 2.2 L'étiquetage Préventif des Allergènes

L'étiquetage préventif des allergènes (EPA) sert de déclencheur supplémentaire, en alertant les consommateurs sur les contaminations croisées potentielles d'allergènes. Les mentions EPA, telles que « peut contenir », sont utilisées sur les étiquettes des denrées alimentaires lorsqu'il existe un risque d'exposition involontaire à des allergènes en raison du partage d'installations, du transport, des pratiques de manipulation ou même de la récolte.

L'une des principales difficultés des mentions EPA est de trouver un équilibre entre la protection des consommateurs et la clarté de l'information fournie.

Une utilisation excessive des mentions EPA peut entraîner une « fatigue de l'étiquette », les consommateurs perdant confiance et commençant à les ignorer. Inversement, une utilisation insuffisante des mentions EPA peut faire courir de grands risques aux consommateurs allergiques.

Il est donc important que les producteurs appliquent les mentions EPA en toute connaissance de cause. Les allergènes, même lorsqu'ils sont présents involontairement dans un aliment, peuvent déclencher une réaction allergique chez les personnes sensibles. Toutefois, des preuves scientifiques ont montré que certains niveaux de résidus alimentaires allergènes sont suffisamment faibles pour ne pas déclencher de réaction allergique chez la plupart des personnes souffrant d'une allergie alimentaire (dans des circonstances normales).

Pour déterminer si une déclaration EPA est nécessaire ou non, des doses de référence peuvent être utilisées. Si les concentrations d'allergènes dans un produit sont inférieures à la dose de référence établie, les fabricants peuvent considérer qu'il n'y a pas de risque à omettre la mention EPA. À l'inverse, si les concentrations d'allergènes sont égales ou supérieures à ce seuil, la mention EPA peut être justifiée. Cette évaluation est effectuée à l'aide d'un seuil d'intervention, qui est déterminé en fonction de la dose de référence applicable et de la taille de la portion (spécifique à l'aliment).

**Niveau d'action (mg/kg) = dose de référence (DR)(mg) / taille de la portion (kg)**

## Conclusion

Un système de gestion de la qualité (SGQ) bien établi est essentiel pour gérer efficacement les allergènes alimentaires. Un SGQ solide garantit la conformité avec les réglementations relatives à l'étiquetage des allergènes, évalue avec précision les risques liés aux allergènes et prévient la contamination croisée, ce qui permet en fin de compte de préserver la santé des consommateurs.

L'étiquetage des allergènes alimentaires, tel qu'il est imposé par le règlement (UE) 1169/2011 et la loi sur l'étiquetage des allergènes alimentaires et la protection des consommateurs, est essentiel pour prévenir les réactions allergiques potentiellement mortelles. L'utilisation de doses de référence (DR) et l'étiquetage préventif des allergènes (EPA) contribuent également à la gestion des risques. En adhérant à des normes élevées en matière de production et d'étiquetage, les fabricants se conforment non seulement aux réglementations, mais ils renforcent également la confiance des consommateurs et protègent la santé publique.

## Vous pouvez compter sur nous

Cette fiche d'information ne fournit que quelques exemples, ce qui la rend loin d'être une vue d'ensemble des sources de contamination.

Si vous souhaitez obtenir plus d'informations sur ce sujet et sur les analyses que nous proposons, n'hésitez pas à contacter notre service client.

- [info@primoris-lab.fr](mailto:info@primoris-lab.fr)
- +33 (0)6 48 90 86 02

La qualité et la fiabilité de nos analyses sont essentielles pour nous, c'est pourquoi notre équipe R&D interne travaille en permanence à l'amélioration de nos méthodes ainsi qu'au développement de nouvelles méthodes pertinentes basées sur les tendances du marché.

De plus, nos analyses de pesticides sont accréditées BELAC conformément aux exigences de la norme EN ISO/IEC 17025:2017. En outre, nous disposons de diverses reconnaissances pour mieux garantir la qualité et la pertinence de notre champ d'analyse. Vous trouverez ci-dessous une sélection de nos reconnaissances actuelles.