

## Quelles questions poser aux fabricants et restaurateurs lorsqu'on compose avec les allergies alimentaires?

### Communiquer avec les fabricants

1. Communiquer avec **les fabricants** pour déterminer si leurs produits sont sécuritaires selon vos allergies

Lorsque l'on vit avec des allergies alimentaires, il est impératif de se renseigner sur les ingrédients, les possibilités de traces et les risques de contamination croisée d'un produit que l'on s'apprête à consommer. Habituellement, le département du Service qualité de l'entreprise peut vous soutenir dans votre démarche. Les personnes qui y sont attitrées connaissent les procédés de fabrication ayant un impact sur la sécurité alimentaire (bien plus, notamment, que le répondant du service à la clientèle). Posez vos questions d'avance et par écrit.

### **Voici des exemples de questions :**

- Votre produit pourrait-il contenir de manière accidentelle l'allergène X?
- D'autres produits contenant l'allergène X sont-ils fabriqués dans la même usine ou sur le même équipement que ce produit? Quelles mesures avez-vous mises en place pour éviter la contamination avec cet allergène?
- Le nettoyage de vos équipements est-il validé par les tests de détection de l'allergène X ou des tests pour détecter des traces de protéines?
- Le test utilisé est-il officiel et reconnu (exemple : par Santé Canada)? Quel est le seuil de détection du test utilisé?
- Faites-vous des analyses d'allergènes sur vos produits finis?
- Faites-vous analyser vos produits finis par un laboratoire reconnu? Accrédité ISO (exigences générales de compétences pour effectuer des essais et/ou des étalonnages, y compris l'échantillonnage)?
- Possédez-vous un plan HACCP interne (système d'analyse de danger pour la maîtrise de points critiques) pour l'allergène X?
- Que signifie précisément votre mention « peut contenir » l'allergène X? (- présent dans l'usine – contamination accidentelle chez votre fournisseur ou dans l'usine – ingrédient – ajout en petite quantité – autre)
- Possédez-vous la garantie d'absence de l'allergène X de vos fournisseurs d'ingrédients pour ce produit?
- Utilisez-vous des produits dérivés de l'allergène X? (exemples : huiles, amidon ou sucres, petit lait, beurre, protéines hydrolysées, autres hydrolysats, etc.)
- Possédez-vous une politique de gestion des allergènes?
- Vos employés sont-ils formés quant à la gestion des allergènes?

## **Communiquer avec les restaurateurs**

**Valider que les restaurateurs aient une politique de gestion des allergies alimentaires et prennent les précautions nécessaires pour réduire le risque de réaction allergique.** Avant tout, assurez-vous de choisir le bon type de restaurant. Par exemple, les personnes allergiques aux arachides devraient éviter la cuisine asiatique (chinoise, thaïlandaise, vietnamienne, etc.) où l'on sert beaucoup de préparations à base de cette légumineuse. Il va de même pour les restaurants de fruits de mer, en cas d'allergies aux crustacés ou aux poissons. Évitez les buffets, les risques de contamination croisée étant trop importants.

### **Voici un exemple de démarche :**

Appelez le restaurant d'avance en dehors des heures achalandées, pour parler de votre allergie au chef. Discutez avec lui des produits au menu qui pourraient convenir à votre diète.

Orientez ensuite la discussion vers la contamination croisée, afin de savoir si le restaurant prend des précautions à cet égard. Exemple de questions :

- Est-ce que le personnel du restaurant a reçu une formation en matière d'allergies alimentaires pour éviter, notamment, la contamination croisée?
- Quelles précautions prennent-ils pour éviter que les zones de travail, les outils et plats de service qui sont entrés en contact avec les allergènes ne contaminent les plats sans allergènes?
- Est-ce qu'une zone dédiée est mise en place lors de la préparation du repas d'une personne allergique?
- Est-ce que certains de leurs fournisseurs garantissent que leurs produits sont sans allergènes prioritaires?

Au moindre doute, vaut mieux reprendre la démarche avec un autre établissement, pour faire le choix le plus sécuritaire possible, même si le risque zéro n'existe pas.

Si vous désirez accompagner vos proches dans un restaurant comportant des risques importants, consommez seulement une boisson sécuritaire pour vous ou avisez le restaurant que vous êtes allergique et devrez apporter votre propre repas.

Assurez-vous que votre place à table est propre ainsi que votre assiette, verre, serviette de table et vos ustensiles.

Peu importe la situation, ayez toujours votre auto-injecteur à portée de la main.