



L'arachide n'est pas une noix, mais bien une légumineuse. Toutefois, les personnes allergiques aux arachides **tolèrent habituellement les autres légumineuses** (pois, lentilles, fèves, etc.).



On estime qu'environ 20% des enfants allergiques aux arachides développeraient avec le temps une **tolérance** à l'aliment. Cependant, il existe **un risque de récurrence de l'allergie** que l'on suppose lié, du moins en partie, à une consommation irrégulière ou absente de l'aliment suivant la disparition de l'allergie.



On a identifié **17 protéines** capables d'induire une réaction allergique. Une personne allergique **peut réagir à une seule ou à plusieurs** de ces protéines.

Sources possibles d'arachides (liste non exhaustive)

- Biscuits et autres pâtisseries ou viennoiseries
- Céréales
- Chocolat
- Crème glacée et autres desserts surgelés
- Dragées
- Mets asiatiques
- Noix (contamination croisée)
- Nougat
- Pâte d'amandes ou de noisette (contamination croisée)
- Soupes ou sauces déshydratées en sachets

*Pour savoir si les produits d'usage courant contiennent des arachides, il est important de **bien lire les étiquettes** et de **contacter le fabricant**.*