




Inclut les poissons, crustacés et mollusques

 L'allergie aux crustacés et aux mollusques a tendance à se développer vers l'âge adulte.

 L'allergie aux poissons, aux crustacés et aux mollusques persiste généralement toute la vie.

 Un individu peut être allergique à une seule ou à plusieurs espèces de poissons, de crustacés et/ou de mollusques.

 Chez certains individus très sensibles, les protéines inhalées de vapeurs de cuisson peuvent provoquer une réaction allergique, sans même avoir consommé l'allergène.

 Le risque de contamination entre les poissons, les crustacés et les mollusques est très élevé, particulièrement dans les poissonneries et les épiceries.

**Le terme fruits de mer rassemble les mollusques et les crustacés.**

## Mollusques

- Ont une carapace articulée en deux parties

Inclut\* :

- Calmar
- Escargot
- Huître
- Moule
- Palourde
- Pétoncle
- Pieuvre

*\*Liste non exhaustive*

## Crustacés

- Ont une carapace rigide

Inclut\* :

- Crabe
- Crevette
- Écrevisse
- Langoustine
- Homard

## Sources possibles (liste non exhaustive)

- Assiette du pêcheur
- Bouillabaisse
- Caviar
- Chaudrée
- Chitosane
- Cocktail à base de tomate de type Clamato (palourdes)
- Court-bouillon
- Entrées ou hors-d'oeuvre
- Jus avec oméga-3 (poisson)
- Kamaboko (crustacés)
- Nuoc Mam
- Paella
- Pâte d'anchois
- Pot au feu
- Sauce Worcestershire
- Soupes
- Surimi
- Tarama
- Vin (poissons)

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

Pour des conseils supplémentaires, consultez le site [d'Allergies Québec](http://Allergies Québec).