

Le régime d'éviction chez les enfants souffrant d'allergies alimentaires multiples : quel impact sur la croissance, l'état nutritionnel et le psychisme ?

Mouraux A 1, Jadot O. 1, Bourcy E 2, Bradatan E 1.

1 Centre Hospitalier Régional Namur, Belgique.

2 ULG - étudiant

L'intervention diététique est une composante essentielle de la gestion de l'allergie alimentaire. Une évaluation nutritionnelle complète avec une intervention individualisée est justifiée chez tous les enfants souffrant d'allergies alimentaires pour répondre aux besoins en éléments nutritifs et optimiser la croissance. Souvent, un régime d'éviction est absolument nécessaire pour prévenir l'anaphylaxie potentiellement mortelle ou pour améliorer les symptômes cutanés ou digestifs à mécanisme retardé - à condition que l'implication de l'allergène soit clairement prouvée.

Objectif : identifier dans quelle mesure les régimes d'éviction ou d'autres variables associées, exercent un impact significatif sur la croissance, l'état nutritionnel et le psychisme chez des enfants ayant une ou plusieurs allergies alimentaires.

Méthode Afin de rechercher et de mettre en évidence d'éventuels problèmes de croissance dans un groupe de 15 enfants (sujets âgés en moyenne de 3,7+/- 2,3 années) nous avons considéré les mesures de poids, de taille et l'indice de masse corporelle. Nous avons également utilisé un questionnaire d'évaluation de la qualité de vie. L'estimation de l'apport énergétique journalier et la répartition des différents nutriments ont été calculées sur base de l'enquête alimentaire. Le relevé des allergies alimentaires et d'autres pathologies éventuelles a été repris sur base du dossier informatisé.

Résultats :

Lors de la première visite en consultation diététique 60% des enfants ayant des allergies alimentaires présentaient des valeurs pathologiques des courbes de croissance en poids et taille. Plus de 35% des enfants recevaient des apports énergétiques, de calcium et vitamine D inappropriés. On relève une nette amélioration des courbes après 1 an de prise en charge diététique. On note un nombre supérieur d'enfants en déficit de calcium dans le groupe des enfants allergiques au lait de vache et/ou présentant des allergies alimentaires multiples que dans le groupe reprenant les enfants ayant une seule allergie alimentaire. La probabilité d'atteindre les apports recommandés en calcium et en vitamine D chez les enfants ayant une allergie alimentaire était meilleure si l'enfant avait reçu des conseils en nutrition ou s'il avait consommé une formule spécifique pour nourrissons ou une boisson de soya enrichie.

Conclusions: Les enfants diagnostiqués avec allergies alimentaires nécessitent une évaluation nutritionnelle pour prévenir les problèmes de croissance ou d'apport nutritionnel insuffisant. L'éducation thérapeutique est un outil complémentaire qui s'associe au conseil diététique. Les enfants allergiques au lait ou souffrant d'allergies alimentaires multiples sont plus à risque de développer des troubles nutritionnels. L'impact psychologique de l'allergie alimentaire est d'autant plus sévère que les évictions sont multiples. L'éviction doit être adaptée de manière à être la moins restrictive possible. Le régime alimentaire doit assurer un équilibre nutritionnel menant à une croissance optimale. Suivant l'éducation thérapeutique le patient et sa famille devrait pouvoir détecter et éviter l'allergène sous toutes ses formes et avoir des alternatives permettant l'ingestion d'aliments denses en nutriments. Il serait bénéfique pour cette population d'élaborer et de valider un algorithme de prise en charge nutritionnelle spécifique.