

LA BAIE DE GOJI, UN SUPERALIMENT ALLERGISANT

DIAGNOSTIC ET PRISE EN CHARGE



Ces dernières années, les habitudes alimentaires de la population française ont évolué et il reste malgré tout de grandes disparités selon le sexe, l'âge et le niveau socio-économique.¹

À ce titre, la dernière tendance de l'industrie alimentaire est le « superaliment », c'est-à-dire un aliment riche en nutriments et considéré comme étant bénéfique pour la santé et le bien-être.

Cependant, peu de données sont disponibles concernant le potentiel allergénique de ces aliments.

Cette fiche pratique résume les principales informations concernant la baie de Goji, aliment réputé pour être le plus riche en nutriments au monde.



LA BAIE DE GOJI^{2,4}

- Petit fruit rouge vif et allongé
- Pousse sur le lyciet, un arbuste de la famille des Solanacées (tomate, pomme de terre, aubergine et poivron)
- 2 variétés cultivées : *Lycium barbarum* et *Lycium chinense*
- Principalement originaire de la région du Ningxia (Chine)
- Consommée sous forme séchée, en poudre ou en jus (barres énergétiques, produits diététiques...)

COMPOSITION^{2,3}

- 5 vitamines (B1, B2, B6, C, E)
- 18 acides aminés, dont 8 acides aminés essentiels
- 21 oligo-éléments et minéraux (calcium, phosphore, zinc, germanium)
- Anti-oxydants
- Nutriments

PROPRIÉTÉS^{2,4,5}

- Antioxydante
- Médecine chinoise
 - Stimulation du système immunitaire
 - Protection du foie et des reins
 - Lutte contre les effets du vieillissement
 - Amélioration de la circulation



SYMPTOMATOLOGIE CLINIQUE²⁻⁴

Dose réactogène

- 10 à 30 baies (dose quotidienne recommandée pour obtenir les effets bénéfiques recherchés)
- Dans de plus rares cas : apparition des symptômes après ingestion d'une seule baie

Tableau clinique

- Syndrome d'allergie orale
- Prurit pharyngolaryngé
- Urticaire localisée ou généralisée
- Œdème facial
- Dans de plus rares cas : troubles gastrointestinaux, dyspnée, anaphylaxie...

Délai d'apparition

- 10 min à 2h suivant l'ingestion
- Diminution de la dose réactogène et du délai entre l'ingestion des baies et la survenue des manifestations cliniques lors des consommations suivantes

ALLERGÉNICITÉ²

« Fausse » allergie

- Ajout de sulfites pour préserver la couleur des baies
- Sulfites en concentration élevée ou supérieure à la limite autorisée peuvent être responsables de réactions allergiques

Allergies croisées

- Réactions allergiques survenant chez des patients polysensibilisés (pollens, aliments, acariens, moisissures, latex...)
- Réactions de primo-sensibilisation dans de très rares cas

Législation « Novel food »^{2,6}

- Règlement européen relatif aux aliments et ingrédients dont la consommation était négligeable voire inexistante dans les pays de l'Union européenne avant le 15 mai 1997.
- En cas de soumission à cette législation, des études doivent démontrer que la consommation de l'aliment ne présente aucun risque pour l'homme.
- Les baies de Goji ne sont pas concernées par cette réglementation, ce qui explique le peu de données disponibles sur leur potentiel allergénique.



LA BAIE DE GOJI, UN SUPERALIMENT ALLERGISANT

DIAGNOSTIC ET PRISE EN CHARGE



DIAGNOSTIC^{2,4,5,7}

Prick test

- En 1^{ère} intention
- Test par injection intradermique d'une faible dose des allergènes les plus communs et des allergènes spécifiques auxquels le patient est exposé
- Positivité du test mesurée par papulométrie

Dosage des IgE

- Utilisation d'extraits de baie de Goji et d'allergènes les plus communs (arachides, tomates, pêches)
- Mise en évidence du profil allergénique par immunoblot
- Positivité du test évaluée par mesure du signal fluorescent

PRISE EN CHARGE²

Éducation thérapeutique

- Instaurer un régime d'éviction allergénique
- Conseiller aux patients polysensibilisés aux pollens et/ou aux aliments (tomates, pêches...) d'éviter de consommer des baies de Goji
- Mettre en place quelques séances d'information sur la thématique de la trousse d'urgence et des conditions d'utilisation d'un stylo d'adrénaline auto-injectée



1. Avis de l'agence nationale de sécurité sanitaire alimentation, environnement, travail. Etude individuelle nationale des consommations alimentaires 3 (INCA 3). Juin 2017. 2. Jacquenet S, et al. Allergie à la baie de goji : état des lieux. *Rev Fr Allergol* 2017. 3. Dutau G, Lavaud F. Allergènes nouveaux : encore et toujours ! *Rev Fr Allergol* 2017; 57:405-407. 4. Hofman B, et al. Un cas français d'allergie alimentaire à la baie de goji. *Rev Fr Allergol* 2017; 57:430-432. 5. Carnés J, et al. Recently introduced foods as new allergenic sources: sensitisation to Goji berries (*Lycium barbarum*). *Food Chem* 2013; 137:130-135. 6. Journal Officiel de l'Union Européenne. 2015. 7. Larramendi CH, et al. Goji Berries (*Lycium barbarum*): risk of allergic reactions in individuals with food allergy. *J Investig Allergol Clin Immunol* 2012; 22:345-350.

