

# Allergies aux pollens et compléments alimentaires : l'Anses rappelle les précautions à prendre

Des cas d'allergies liés à la consommation de compléments alimentaires sont régulièrement signalés à l'Anses, dans le cadre de son dispositif de nutriviigilance. Récemment, des réactions allergiques sévères suite à la consommation de compléments alimentaires contenant des produits de la ruche et des pollens ont été déclarées. L'Anses rappelle que les personnes allergiques aux pollens peuvent présenter un risque d'allergies lors de consommation d'aliments et de compléments alimentaires à base de produits de la ruche.

En effet, des pollens peuvent se retrouver dans des produits de la ruche tels que la gelée royale, la propolis ou encore le miel, sans être explicitement signalés. Ainsi, il est conseillé aux personnes allergiques aux pollens mais également aux personnes prédisposées aux allergies ou à l'asthme d'éviter de consommer des compléments alimentaires contenant ces produits.

De façon générale, l'Agence souligne que les compléments alimentaires, à l'instar des aliments courants, peuvent contenir tous types d'allergènes. Les personnes présentant une allergie à un ingrédient doivent être vigilantes quant à la

composition des compléments alimentaires susceptibles de le contenir.

Ainsi, l'Agence conseille aux consommateurs :

- De signaler à un professionnel de santé tout effet indésirable survenant suite à la consommation d'un complément alimentaire ;
- De respecter les conditions d'emploi fixées par le fabricant ;
- D'éviter des prises multiples, prolongées ou répétées au cours de l'année de compléments alimentaires sans avoir pris conseil auprès d'un professionnel de santé ;
- D'être vigilants vis-à-vis de produits présentant des allégations abusives ou de produits commercialisés en-dehors des circuits contrôlés, notamment par internet.

Par ailleurs, l'Anses rappelle aux professionnels de santé l'importance de déclarer au dispositif de nutriviigilance les cas d'effets indésirables suspectés d'être liés à la consommation de compléments alimentaires.

**Gwenn VO VAN REGNAULT**

**POUR EN SAVOIR PLUS, VOUS POUVEZ CONSULTER:**

[https://www.anses.fr/fr/system/files/NUT2017SA02\\_15.pdf](https://www.anses.fr/fr/system/files/NUT2017SA02_15.pdf)