

# Étiquetage des produits alimentaires : Lignes directrices pour les personnes atteintes de la maladie cœliaque qui suivent un régime sans gluten



L'ASSOCIATION  
CANADIENNE  
DE LA MALADIE  
COELIAQUE

Comprendre les étiquettes des produits alimentaires peut porter à confusion. Ces lignes directrices reposent sur les données actuelles et fournissent des informations pratiques et des conseils sur la lecture des étiquettes, afin que vous puissiez suivre un régime sans gluten en toute sécurité. Il est important d'éliminer les céréales contenant du gluten : orge, seigle, blé, triticale, épeautre, kamut et petit épeautre. De plus, « l'avoine ordinaire » est à éviter, car elle est souvent contaminée par de l'orge et/ou du blé.

## Déclarations « Contient » et « Peut contenir »

Au Canada, tous les allergènes prioritaires (œufs, lait, arachides, noix, blé et triticale; soya, poisson, crustacés et mollusques; graines de sésame et moutarde), les sources de gluten (orge, seigle, blé, triticale et avoine ordinaire\*) et les sulfites ajoutés, lorsqu'ils sont utilisés comme ingrédient ou composant d'un produit alimentaire, **DOIVENT** être déclarés par leur nom commun sur l'étiquette du produit. Les allergènes prioritaires, les sources de gluten et les sulfites ajoutés doivent figurer dans la **liste des ingrédients** OU dans une **déclaration « Contient »**, qui suit immédiatement la liste des ingrédients.

\*Santé Canada considère l'avoine ordinaire comme une source de gluten; toutefois, l'avoine produite spécialement peut être étiquetée comme étant « sans gluten ». Pour plus d'informations sur l'avoine, voir page 5.

## Agence canadienne d'inspection des aliments : Exigences en matière d'étiquetage des allergènes alimentaires

### Comment mentionner la présence d'allergènes

#### Dans la liste des **ingrédients**

**Ingrédients:** Pommes, pâte à tarte [farine (blé), Shortening, albumine liquide (œuf), sel], sucre, farine, jus de citron, lait entier, cannelle.  
Peut contenir des noix de pécan.

**OU**

#### Dans la « Contient »

**Ingrédients:** Pommes, pâte à tarte [farine, shortening, albumine liquide, sel], sucre, farine, jus de citron, lait entier, cannelle.  
**Contient :** blé, œuf, lait.  
Peut contenir des noix de pécan.

La déclaration « **Contient** » n'est **PAS** identique à la mise en garde de **précaution** ou déclaration « **Peut contenir** » (également appelée « contamination croisée » ou « avis sur les allergènes »). Exemples de déclarations : « peut contenir des traces de blé », « fabriqué dans une installation qui traite également du blé » ou « fabriqué sur un équipement qui traite également du blé ».

**Les mises en garde sont volontaires** et ont pour but d'informer le consommateur sur une source potentielle d'un allergène. L'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA) déclare : « Une mise en garde sur la contamination croisée est une déclaration sur l'étiquette d'un produit préemballé qui met en garde les consommateurs contre la présence possible d'un allergène dans l'aliment. Les fabricants d'aliments **peuvent** déclarer des mises en garde sur la contamination croisée lorsqu'il y a présence non délibérée d'allergènes dans l'aliment, bien qu'ils aient pris toutes les mesures

raisonnables pour l'éviter. Les déclarations sur la contamination croisée ne remplacent **PAS** les bonnes pratiques de fabrication. » Lorsque des déclarations contre la contamination croisée sont utilisées, elles doivent, comme toutes les mentions sur les étiquettes, être véridiques, claires et sans ambiguïté.

## Agence canadienne d'inspection des aliments Déclarations « Contient » et « Peut contenir »

**Ingrédients :** Pommes, Pâte à tarte [farine (blé), shortening, albumen liquide (œuf), sel], sucre, farine, jus de citron, lait entier, cannelle.  
Peut contenir des noix de pécan.

Si les aliments emballés contiennent des allergènes alimentaires prioritaires, des sources de gluten ou des sulfites ajoutés, ils doivent être déclarés au moins une fois dans la liste des ingrédients.

**Ingrédients :** Pommes, Pâte à tarte [farine (blé), shortening albumine liquide (œuf), sel], sucre, farine, jus de citron, lait entier, cannelle.  
Peut contenir des noix de pécan.

Les allergènes alimentaires prioritaires, les sources de gluten et les sulfites ajoutés doivent être déclarés lorsqu'ils font partie d'un ingrédient ou en sont un élément.

**Ingrédients :** Pommes, pâte à tarte [farine (blé), shortening albumine liquide (œuf), sel], sucre, farine, jus de citron, lait entier, cannelle.  
Peut contenir des noix de pécan.

Les mises en garde relatives à la contamination croisée sont utilisées lorsqu'un allergène alimentaire ou une source de gluten peut être présent involontairement dans l'aliment (par exemple, par contamination croisée) malgré l'application de bonnes pratiques de fabrication.

## Risque lié au gluten basé sur les allégations d'étiquetage

- Produits **SANS** allégation « sans gluten » **ET SANS** ingrédients contenant du gluten  
Si un produit alimentaire ne porte pas la mention « sans gluten » et qu'aucun ingrédient contenant du gluten ne figure sur l'étiquette, le produit est considéré comme étant sans danger pour les personnes atteintes de la maladie coéliquaie.
- Produits **SANS** allégation « sans gluten » **ET** avec la déclaration « Contient » relative au blé, à l'orge ou au seigle  
Si le produit ne comporte pas d'allégation relative à l'absence de gluten, mais que la mention « Contient » relative au blé, à l'orge ou au seigle est présente, il n'est **PAS** sûr pour les personnes atteintes de la maladie coéliquaie, car le produit contient une source de gluten.
- Produits **SANS** allégation « sans gluten », **SANS** ingrédients contenant du gluten, **MAIS** avec une mise en garde concernant le blé  
Santé Canada recommande fortement aux personnes allergiques au blé ou atteintes de la maladie coéliquaie **d'ÉVITER** les produits portant la mention « Peut contenir du blé » en raison de la présence possible de sources involontaires de blé ou d'autres glutes. Toutefois, il est important de savoir que les mises en garde ne sont pas réglementées et sont faites sur une base volontaire. Chaque fabricant peut avoir ou non ses propres critères concernant l'utilisation ou non d'une mise en garde.

Des recherches ont révélé que certains produits, avec ou sans mise en garde, contiennent du gluten. Par conséquent, des recherches supplémentaires sont nécessaires pour mieux comprendre le risque de contamination par le gluten (et d'autres allergènes) avec les produits qui ont des mises en garde. Il est également nécessaire d'élaborer des critères précis pour l'utilisation appropriée des mises en garde afin que les consommateurs souffrant de troubles ou d'allergies liés au gluten puissent choisir en toute confiance des aliments sûrs.

- **Produits AVEC** allégation « sans gluten »

Les aliments étiquetés avec une allégation « sans gluten » ne doivent contenir aucune source de gluten ajoutée intentionnellement et leur teneur en gluten doit être inférieure à 20 parties par million (ppm) résultant d'une contamination croisée inévitable. Les produits affichant une allégation « sans gluten » sont sans danger pour les personnes atteintes de la maladie coéliquaie.

- **Produits AVEC** une allégation « sans gluten » **ET** une mise en garde relative au blé

L'ACIA a publié une recommandation pour ces produits :

« Un énoncé “sans gluten” utilisé en combinaison avec la mise en garde “peut contenir des traces de blé” pourrait être vrai, mais devrait être utilisé avec prudence. La mise en garde “peut contenir des traces de blé” pourrait alerter certains individus atteints d'une allergie au blé de la présence de petites quantités de blé dans des aliments sans gluten. Toutefois, les fabricants doivent s'assurer que le produit ne contient pas de source de gluten ajouté délibérément et contient régulièrement moins de 20 ppm de gluten provenant de la contamination croisée et que les autres critères pour les allégations “sans gluten” déjà énumérées précédemment sont aussi respectés. Dans ce cas, nous encourageons les fabricants à utiliser la mise en garde “pourrait contenir moins de 20 ppm de blé” ».

Le blé est identifié par Santé Canada à la fois comme un allergène prioritaire et comme une source de gluten. Si du blé est ajouté intentionnellement à un produit alimentaire, cela doit toujours être mentionné sur l'étiquette du produit. Le blé peut également se trouver involontairement dans un produit alimentaire. Cela peut se produire en raison d'une contamination croisée au cours du processus de fabrication.

Si le seuil de contamination inévitable est de 20 ppm, les fabricants de produits sans gluten doivent viser l'absence de gluten détectable dans leurs produits. Si le produit est étiqueté « sans gluten » **ET** comporte également une mise en garde « peut contenir des traces blé », il est important de noter que l'allégation “sans gluten” doit être véridique, c'est-à-dire que le produit doit être sans danger pour les personnes atteintes de la maladie coéliquaie. Toutefois, ces produits pourraient déclencher des réactions allergiques chez les personnes souffrant d'une allergie liée au blé et ne sont donc **PAS SÛRS** pour eux.

Pour de plus amples informations sur les allégations relatives à l'absence de gluten, veuillez consulter <https://bit.ly/GFClaim>

Pour plus d'informations sur les allégations d'absence d'allergènes, veuillez consulter <http://bit.ly/AllergenFreeClaim>

## Sommaire

Les fabricants de produits alimentaires qui vendent ou fabriquent un produit doivent déclarer les allergènes alimentaires prioritaires, les sources de gluten et les sulfites ajoutés lorsqu'ils font partie d'un ingrédient ou en sont un élément. Tous les allergènes alimentaires prioritaires, les sources de gluten et les sulfites ajoutés **DOIVENT** être mentionnés soit dans la liste des ingrédients, soit dans une déclaration de type « Contient » immédiatement après la liste des ingrédients.

- Une **déclaration « Contient »** n'est pas identique à **une mise en garde** (par exemple, « peut contenir », « fabriqué dans une installation qui traite également du blé », « fabriqué sur un équipement partagé avec le traitement du blé »).
- Les produits portant la **déclaration « Contient »** pour toute source de gluten (en tant qu'ingrédient ou élément d'un ingrédient) doivent être évités par les personnes atteintes de la maladie coéliquaie.
- Les produits portant la déclaration **« Peut contenir »** pour une source de gluten mettent en garde contre une éventuelle contamination croisée et le contenu en allergènes. Les produits portant la déclaration « Peut contenir » doivent également être évités par les personnes atteintes de la maladie coéliquaie, à moins qu'ils ne portent l'allégation « sans gluten ».
- Au Canada, l'utilisation d'une mise en garde sur l'étiquette d'un produit est volontaire. Bien qu'il n'existe pas de réglementation spécifique pour l'utilisation de diverses mises en garde, celles-ci doivent être véridiques et non trompeuses. Elles ne doivent pas être utilisées comme substitut aux bonnes pratiques de fabrication et doivent indiquer un risque réel de contamination croisée.
- Lorsqu'une mise en garde est utilisée, des exigences en matière d'emplacement et de lisibilité s'appliquent (ces exigences réglementaires entreront pleinement en vigueur en décembre 2021).

Au Canada, les fabricants de produits alimentaires sont tenus d'identifier les risques liés aux allergènes et au gluten, ainsi que d'utiliser des mesures de contrôle préventives pour les aliments préemballés. Malheureusement, il n'existe actuellement aucune exigence législative concernant l'utilisation de mises en garde sur les produits vendus au Canada. Il en résulte une absence de ligne directrice et des variations entre les fabricants quant à la décision d'utiliser des mises en garde sur les produits concernés. Cela peut semer la confusion chez les consommateurs quant au risque de contamination et limiter les possibilités d'achat en toute sécurité pour les personnes souffrant de troubles ou d'allergies liés au gluten. Il est donc nécessaire d'intensifier la recherche et la sensibilisation afin de définir les critères d'utilisation des mises en garde sur les étiquettes des aliments, de sorte que les consommateurs souffrant de troubles ou d'allergies liés au gluten puissent choisir en toute confiance des aliments sûrs.

Article ou produit alimentaire	PERMIS	À ÉVITER
<b>AUCUNE</b> allégation « sans gluten », <b>AUCUN</b> ingrédient contenant du gluten	✓	
<b>AUCUNE</b> allégation « sans gluten » <b>ET</b> une déclaration « Contient » relative au blé ou à d'autres ingrédients contenant du gluten		✗
<b>AUCUNE</b> allégation « sans gluten », <b>AUCUN</b> ingrédient contenant du gluten <b>MAIS</b> une allégation « Peut contenir des traces de blé »		✗
Une allégation « sans gluten » sur un produit	✓	
Une allégation « sans gluten » <b>ET</b> une allégation « Peut contenir des traces de blé »	✓	
Produits sans gluten fabriqués dans une boulangerie qui prépare également des produits contenant du gluten		✗

## Risque lié au gluten pour divers aliments et produits alimentaires.

Il existe de nombreuses catégories d'aliments et de boissons pour lesquelles aucun ingrédient contenant du gluten n'est mentionné dans la liste des ingrédients ou dans la déclaration « Contient ». Nombre de ces produits peuvent être consommés sans danger par les personnes souffrant de troubles liés au gluten. Toutefois, certains articles présentent un risque plus élevé de contamination croisée avec des ingrédients contenant du gluten. Vous trouverez ci-dessous de plus amples informations sur ces produits.

### ■ Céréales, légumineuses et farines à base de céréales et de légumineuses

Les céréales naturellement exemptes de gluten (par exemple, l'amarante, le sarrasin, le maïs, le millet, l'avoine, le quinoa, le sorgho), les légumineuses (haricots secs, pois et lentilles) et les farines fabriquées à partir de ces céréales et légumineuses peuvent avoir été en contact avec du blé, du seigle et/ou de l'orge pendant l'ensemencement, la récolte, le stockage, le transport, la transformation et/ou l'emballage. Cela signifie qu'ils risquent d'être contaminés par des ingrédients contenant du gluten et ne seraient pas sûrs pour les personnes atteintes de la maladie coéliqua.

#### **Avoine**

L'avoine est une céréale. L'avoine ordinaire est fréquemment contaminée par des grains contenant du gluten, notamment du blé et/ou de l'orge. Pour cette raison, les personnes atteintes de la maladie coéliqua ne devraient acheter que de l'avoine et des produits à base d'avoine portant l'allégation « **sans gluten** ». Certains fabricants produisent de l'avoine « sans gluten » selon le processus du protocole de pureté, tandis que d'autres utilisent des trieurs mécaniques/optiques pour nettoyer l'avoine ordinaire contaminée.



Dans le *Règlement sur les aliments et drogues* de Santé Canada, les céréales blé, seigle, triticale, orge et avoine sont incluses dans la définition du gluten. Les protéines du blé, du seigle, du triticale et de l'orge sont nocives pour les personnes atteintes de la maladie coéliqua et doivent être strictement évitées. Santé Canada a effectué un examen scientifique sur l'innocuité de l'avoine non contaminée pour les personnes atteintes de la maladie coéliqua. Cet examen conclut que « l'avoine non contaminée a pu être consommée de manière sécuritaire pendant plusieurs années par la plupart des patients ayant la maladie coéliqua et qu'il n'existe pas de preuve démontrant que la quantité d'avoine non contaminée consommée par des personnes atteintes de maladie coéliqua devrait être limitée à une quantité journalière spécifique ». Par conséquent, Santé Canada autorise l'étiquetage « sans gluten » de l'avoine spécialement transformée, à condition qu'elle soit conforme au règlement sur l'absence de gluten et que le seuil de gluten soit inférieur à 20 parties par million (ppm). Le document de recherche complet peut être consulté en suivant ce lien : <http://bit.ly/HCOats>



Il est à noter qu'au Canada, ces avoines spécialement traitées porteront l'étiquetage « avoine sans gluten » dans la liste des ingrédients.

S'il est seulement indiqué « avoine », celle-ci n'a pas subi de traitement spécial et n'est PAS sans danger pour les personnes atteintes de la maladie coéliqua. La déclaration de position de l'Association canadienne de la maladie coéliqua sur la consommation d'avoine « sans gluten » par les personnes atteintes de la maladie coéliqua peut être consultée en suivant ce lien : <https://www.celiac.ca/fr/oats-statement-fr/>

***N'oubliez pas que chaque produit que vous achetez représente un choix. En tant que consommateurs avertis, il appartient à chacun d'évaluer et de déterminer son propre niveau de confiance tout en évaluant le risque des produits individuels.***

### Autres céréales et légumineuses

On a constaté que d'autres céréales et légumineuses (notamment les lentilles) avaient souvent un contact croisé avec le blé, le seigle et/ou l'orge. Il est donc fortement recommandé d'acheter des céréales et des légumineuses portant l'allégation « **sans gluten** ». S'il n'est pas possible d'acheter des légumineuses sèches avec une allégation « sans gluten », il est recommandé de placer les légumineuses sèches sur une plaque à biscuits propre et d'inspecter visuellement les grains étrangers. Enlevez les grains étrangers, rincez ensuite les légumineuses à l'eau à l'aide d'une passoire ou d'un tamis propre et égouttez-les avant de les préparer et de les consommer.



De plus, il est recommandé d'acheter des produits à base de légumineuses (p. ex., farines, pâtes, soupes, ragoûts) avec une allégation « sans gluten », car les légumineuses (surtout les lentilles) présentent un risque élevé de contamination croisée et il n'est pas possible d'inspecter visuellement les grains étrangers dans ces produits.



Le riz ordinaire et le riz sauvage ne sont généralement pas cultivés sur des terres où du blé, du seigle et/ou de l'orge ont été précédemment plantés. Par conséquent, le risque de contamination du riz et du riz sauvage est beaucoup plus faible que celui d'autres céréales naturellement sans gluten. Il est possible que le riz soit transporté et emballé dans des installations où sont traitées des céréales contenant du gluten. Certaines

Le riz ordinaire et le riz sauvage ne sont généralement pas cultivés sur des terres où du blé, du seigle et/ou de l'orge ont été précédemment plantés. Par conséquent, le risque de contamination du riz et du riz sauvage est beaucoup plus faible que celui d'autres céréales naturellement sans gluten. Il est possible que le riz soit transporté et emballé dans des installations où sont traitées des céréales contenant du gluten. Certaines

marques de riz et de riz sauvage affichent l'allégation « sans gluten », mais elles sont souvent plus chères et ne sont pas toujours disponibles couramment par rapport à celles qui n'affichent pas cette allégation. Étant donné le faible risque de contamination, les personnes atteintes de la maladie cœliaque n'ont pas besoin d'acheter du riz et/ou du riz sauvage affichant l'allégation « sans gluten ».

Les mélanges et les pilafs de riz et/ou de riz sauvage préemballés contiennent souvent d'autres ingrédients qui peuvent inclure des gruaux de blé et/ou d'orge en plus du riz. Les mélanges de riz et de riz sauvage et les pilafs peuvent également contenir des mélanges d'assaisonnements ou des sauces qui contiennent du gluten. Vérifiez toujours la liste des ingrédients pour vous assurer qu'aucun ingrédient contenant du gluten n'a été ajouté aux produits préemballés à base de riz.

## ■ **Amidons**

De nombreux amidons et farines fabriqués à partir d'amidons, tels que la marante, la pomme de terre, le tapioca et le maïs, sont naturellement sans gluten. Toutefois, certains amidons peuvent être importés d'autres pays qui n'appliquent pas nécessairement les mêmes normes strictes en matière de prévention de la contamination par des allergènes et des sources de gluten. Il est recommandé aux personnes atteintes de la maladie cœliaque d'acheter des amidons et des farines fabriqués à partir d'amidons étiquetés « sans gluten ».



## ■ **Graines de lin et de chanvre**

Les graines de lin et de chanvre sont naturellement sans gluten. Toutefois, ils peuvent avoir été cultivés sur des terres où le blé, le seigle ou l'orge avaient été cultivés et récoltés auparavant. De même, les graines de lin et de chanvre peuvent être transportées et/ou traitées dans une installation qui manipule des céréales contenant du gluten. Il est recommandé aux personnes atteintes de la maladie cœliaque d'acheter des graines de lin et de chanvre affichant l'allégation « sans gluten ».

## ■ Noix

Contrairement à l'avoine, aux lentilles, au lin et au chanvre, qui font fréquemment l'objet d'une contamination croisée avec des céréales contenant du gluten pendant l'ensemencement, la récolte, le transport et la mouture, les noix ne présentent **PAS** le même niveau de risque. Les noix ne sont généralement pas cultivées dans des zones ou en rotation avec des céréales contenant du gluten.

Ainsi, les noix ne sont pas considérées comme des aliments à haut risque et les personnes atteintes de la maladie coéliquaie n'ont pas besoin d'acheter des noix ou des produits contenant des noix portant une allégation « sans gluten ».



## ■ Produits de boulangerie, céréales et pâtes alimentaires

Les produits de boulangerie, les céréales et les pâtes alimentaires fabriqués avec des grains et/ou des farines naturellement sans gluten peuvent présenter un risque élevé de contamination par le blé, le seigle et/ou l'orge. Par conséquent, il est recommandé aux personnes atteintes de la maladie coéliquaie d'acheter des produits de boulangerie, des céréales et des pâtes alimentaires préparés à partir de ces sources de grains et/ou de farines sans gluten qui affichent une **allégation « sans gluten »**.

En outre, il n'est **PAS** recommandé d'acheter des produits de boulangerie « sans gluten » dans des boulangeries qui préparent également des produits contenant du gluten. En effet, le risque de contamination croisée par le gluten est très élevé en raison de la poussière de farine en suspension dans l'air, ainsi que de la contamination croisée par le gluten provenant de la pâte qui adhère aux équipements et aux moules de cuisson.



## Lignes directrices pour la sélection des produits en fonction des ingrédients, des allégations et des déclarations

Article ou produit alimentaire	PERMIS	À ÉVITER	Commentaires
Céréales et farines <b>NON</b> étiquetées « sans gluten » <i>amarante, sarrasin, maïs, millet, quinoa, sorgho, tef</i>		X	Le maïs frais, congelé ou en conserve présente un faible risque, de sorte que ces produits sans allégation « sans gluten » sont sans danger pour les personnes atteintes de la maladie coéliqua.
Céréales <b>NON</b> étiquetées « sans gluten » <i>riz ordinaire et riz sauvage</i>	✓		
Céréales et farines étiquetées « sans gluten » <i>amarante, sarrasin, maïs, millet, quinoa, riz et riz sauvage, sorgho, tef</i>	✓		
Avoine <b>NON</b> étiquetée « sans gluten »		X	
Avoine étiquetée « sans gluten »	✓		
Légumineuses (haricots, pois, lentilles)			Les légumineuses (en particulier les lentilles) présentent un risque élevé de contamination croisée par le gluten. Il est recommandé d'acheter des légumineuses étiquetées « sans gluten » dans la mesure du possible. Pour les légumineuses qui ne sont pas étiquetées « sans gluten » 1. Effectuez une inspection visuelle pour détecter tout grain étranger 2. Enlevez tous les grains étrangers 3. Rincez bien à l'eau froide avant la cuisson
Produits à base de légumineuses (p. ex., farines, pâtes, soupes, ragoûts)			Il n'est pas possible d'inspecter visuellement les grains étrangers dans les produits à base de légumineuses. Ne consommez que des produits à base de légumineuses affichant l'allégation « sans gluten ».
Amidons (marante, maïs, pomme de terre, tapioca) <b>NON</b> étiquetés « sans gluten »		X	
Amidons étiquetés « sans gluten »	✓		
Graines de lin, graines de chanvre <b>NON</b> étiquetées « sans gluten »		X	
Graines de lin, graines de chanvre étiquetées « sans gluten »	✓		

## Références

### Gluten contamination of naturally gluten-free flours & starches used by Canadians with celiac disease

*(Contamination par le gluten des farines et amidons naturellement sans gluten utilisés par les Canadiens atteints de la maladie cœliaque)*

Koerner TB, Cléroux C, Poirier C, et al.

Food Addit Contam Part A Chem Anal Control Expo Risk Assess. 2013; 30 (12): 2017-2021

<http://bit.ly/GlutenContamFlour>

### Gluten contamination in naturally or labeled gluten-free products marketed in Italy

*(Contamination par le gluten de produits naturellement sans gluten ou étiquetés comme tels, commercialisés en Italie)*

Verma A, Gatti S, Galeazzi T, et al.

Nutrients 2017; Feb; 9 (2): 115

<http://bit.ly/GContamItaly>

### Gluten contamination in the Canadian commercial oat supply

*(Contamination par le gluten dans les approvisionnements commerciaux d'avoine au Canada)*

Koerner TB, Cléroux C, Poirier C, et al.

Food Addit Contam Part A Chem Anal Control Expo Risk Assess 2011 Jun; 28 (6): 705-710

<http://bit.ly/GlutenOats>

### Présence non déclarée de gluten dans les produits contenant de l'avoine sans gluten – 1 avril 2016 au 31 mars 2017 – Études ciblées

Agence canadienne d'inspection des aliments

<http://bit.ly/UndeclaredGluten>

### Gluten contamination of grains, seeds, and flours in the United States: A pilot study

*(Contamination par le gluten des grains, graines et farines aux États-Unis : une étude pilote)*

Thompson T, Lee AR, Grace T.

J Am Diet Assoc. 2010; 110:937-940

<http://bit.ly/GlutenContamSeeds>

### Mises en garde sur les allergènes alimentaires Agence canadienne d'inspection des aliments

<http://bit.ly/CFIAFoodPrecaution>

### L'utilisation des mises en garde relatives aux allergènes alimentaires sur l'étiquette des aliments préemballés Santé Canada

<http://bit.ly/HCFoodPrecaution>

### Allergen advisory statements for wheat: do they help US consumers with celiac disease make safe food choices?

*(Les mises en garde sur les allergènes du blé : aident-elles les consommateurs américains atteints de la maladie cœliaque à faire des choix alimentaires sûrs?)*

Thompson T, Lyons T et Jones A.

Eur J Clin Nutr 2016 (70): 1341-1347

<http://bit.ly/AllergenAdvisory>

### When foods contain both a gluten-free claim and an allergen advisory statement for wheat: should consumers be concerned?

*(Lorsque des aliments contiennent à la fois une allégation « sans gluten » et une mise en garde contre les allergènes du blé : les consommateurs doivent-ils s'inquiéter?)*

Thompson T, Keller A, Lyons T.

Eur J Clin Nutr 2018; 72: 931-935

<http://bit.ly/GFAllergenAdvisory>

### The consequences of precautionary allergen labeling: Safe haven or unjustifiable burden?

*(Les conséquences de l'étiquetage préventif des allergènes : Havre de paix ou charge injustifiable?)*

Allen KJ, Taylor SL.

J Allergy Clin Immunol Pract 2018 Mar- Apr;6 (2): 400-407

<http://bit.ly/SafeorBurden>

### Precautionary allergen labelling: perspectives from key stakeholder groups

*(Étiquetage de précaution des allergènes : perspectives des principaux groupes de parties prenantes)*

Dunn, Galvin A, Chan CH, Crevel R, et al.

Allergy 2015;70 (9): 1039-1051

<http://bit.ly/PAllergenLabel>

### Joint FAO/WHO Food Standards Programme Codex Committee on Food Labelling Discussion Paper on Allergen Labelling CX/FL 19/45/8

*(Programme mixte FAO/OMS sur les normes alimentaires Document de travail du Comité du Codex sur l'étiquetage des denrées alimentaires sur l'étiquetage des allergènes)*

<http://bit.ly/FAOWHOLabel>

## Auteur principal

Shelley Case, RD,

Conseil consultatif professionnel (CCP) de l'Association canadienne de la maladie cœliaque (ACMC),

en collaboration avec le groupe de travail des diététiciens et diététiciennes de l'ACMC : Caleigh McAulay,

Nicole Byrom, Dayna Weiten, Inez Martincevic, Meagan Vurzinger, Jess Pirnak, Emily Kewell, Melissa Secord

Octobre 2021



**L'ACMC s'est associée au Programme de certification « sans gluten » pour offrir un outil de recherche de produits certifiés afin de vous aider à garnir votre garde-manger d'aliments sans gluten sécuritaires. Des milliers de produits portent la marque GFCP de l'ACMC. Cliquez ici pour en savoir plus :**

**<https://www.celiac.ca/living-gluten-free/gf-product-finder/>**

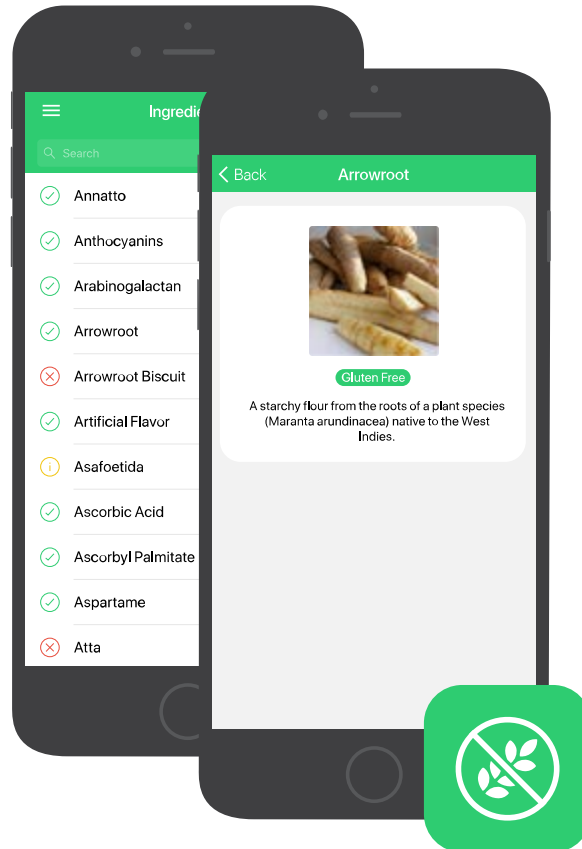


L'ASSOCIATION  
CANADIENNE  
DE LA MALADIE  
COELIAQUE





# GLUTEN FREE 24/7



**Aimez-vous notre dictionnaire de poche?\***  
**Eh bien, vous allez adorer l'application**  
**Gluten Free 24/7!**

**Gluten Free 24/7 a été créée en collaboration avec l'Association canadienne de la maladie cœliaque. Cette application est simple à utiliser et vous permettra de faire les achats et de sélectionner les aliments en un clin d'œil.**

**Cliquez ici pour en savoir plus : <https://glutenfree247.ca/>**

\*Seulement disponible en anglais