



---

Date:

Berne, juillet 2010

---

# « Cœliakie et alimentation en Suisse – un état des lieux »

Résumé et synthèse du rapport d'experts COFA

## 1. Introduction

La maladie cœliaque (ou cœliakie) est une maladie auto-immune chronique de l'intestin grêle caractérisée par une inflammation de ce dernier et par une prédisposition génétique. Les facteurs génétiques sont déterminants : la cœliakie a souvent un caractère familial et la concordance est de 85 % chez les jumeaux monozygotes. La maladie cœliaque est déclenchée par la consommation de la protéine de gluten contenue dans certaines céréales (blé, seigle, orge). Elle peut se manifester à tout âge et les symptômes cliniques sont très variables, surtout chez les adultes et les adolescents, ce qui rend un diagnostic difficile et peut le retarder. Les personnes cœliaques peuvent présenter des symptômes intestinaux et extra-intestinaux.

Les données de grandes études sur le dépistage ont montré que chez la plupart des patients la maladie évolue de manière mono- ou oligo-symptomatique, voire asymptomatique (sans signe apparent).

Des études réalisées dans différents pays européens et aux USA indiquent une prévalence de 1 %. Une attention particulière doit être accordée au fait que la cœliakie peut être associée à diverses maladies telles que le diabète de type 1, d'autres maladies auto-immunes ou la trisomie 21.

## 2. Diagnostic

Le diagnostic est établi sur la base des symptômes cliniques classiques et des tests sérologiques pour les anticorps tissulaires antitransglutaminase, antiendomysium et antigliadine. Selon les recommandations en matière de diagnostic, les tests anticorps positifs doivent être confirmés par une biopsie de la muqueuse de l'intestin grêle.

Un principe important dans le quotidien clinique consiste à « penser » à la possibilité de la maladie cœliaque et à en tenir compte lors de diagnostics différentiels. Plusieurs spécialités médicales sont concernées.

### Pour de plus amples informations:

Office fédéral de la santé publique, Unité de direction Protection des consommateurs, Division Sécurité alimentaire, téléphone +41 31 322 05 05,  
[Lebensmittelsicherheit@bag.admin.ch](mailto:Lebensmittelsicherheit@bag.admin.ch)

« Cœliakie et alimentation en Suisse – un état des lieux » Résumé et synthèse du rapport d'experts COFA  
Cette feuille de données est également disponible en allemand, en anglais et en italien.

Berne, juillet 2010



### 3. Traitement

Les personnes cœliaques doivent exclure à vie le gluten de leur alimentation, ce qui constitue un grand défi. Quotidiennement, elles sont confrontées à différents problèmes qui rendent difficile ce régime. On peut penser, par exemple, au choix limité d'aliments, à la valeur nutritive parfois plus faible ou au goût particulier des produits spéciaux sans gluten. Sans compter les coûts élevés de ces produits alimentaires et les contraintes lorsque les repas sont pris à l'extérieur.

Le respect strict d'un régime sans gluten n'est pas simple pour les personnes concernées. Des entorses imprévues au régime peuvent se produire en raison de déclarations lacunaires ou de faux renseignements et il faut également tenir compte du fait que les personnes cœliaques ne veulent pas se faire remarquer en société ou peuvent se trouver dans des endroits où elles ne disposent pas de produits sans gluten ou que ceux-ci sont trop chers.

La garantie d'une alimentation optimale en quantité et en qualité constitue un enjeu d'importance pour les personnes cœliaques. La consommation d'hydrates de carbone est souvent inférieure aux valeurs recommandées et l'apport énergétique est alors compensé par une augmentation des graisses. La faible consommation de fibres alimentaires et la possibilité d'une sous-alimentation en oligo-éléments peuvent également poser problème. Les carences (p. ex., en fer) doivent être activement recherchées et, le cas échéant, traitées en doses thérapeutiques ou être individuellement supplémentées sur une longue période.

### 4. Droit des denrées alimentaires

Pour gérer un régime exempt de gluten, il faut posséder des connaissances du droit des denrées alimentaires. En Suisse et dans tous les Etats de l'UE, les ingrédients allergènes doivent figurer sur les étiquettes. Les céréales qui contiennent du gluten et leurs produits dérivés doivent toujours être déclarés. La liste des ingrédients sur l'emballage permet de savoir si des ingrédients qui contiennent du gluten entrent dans la composition du produit. De plus, la Suisse – contrairement à l'UE – impose une obligation de faire figurer sur les étiquettes les contaminations involontaires. Une remarque en conséquence, p. ex., « peut contenir du gluten » ne dispense pas le fabricant de l'obligation de prendre toutes les mesures dans le cadre des Bonnes pratiques de fabrication pour réduire le plus possible les contaminations involontaires par des ingrédients contenant du gluten. Les personnes concernées doivent être conscientes que, dans de nombreuses entreprises, de telles contaminations ne peuvent guère être évitées et que, même avec les lois et ordonnances les plus strictes, il n'est pas possible de garantir à 100 % qu'il n'y a pas de gluten.

Des connaissances solides du droit des denrées alimentaires font partie du savoir de base de tous les spécialistes actifs dans la thérapie et le suivi des personnes cœliaques. Ces connaissances

**Pour de plus amples informations:**

Office fédéral de la santé publique, Unité de direction Protection des consommateurs, Division Sécurité alimentaire, téléphone +41 31 322 05 05,

[Lebensmittelsicherheit@bag.admin.ch](mailto:Lebensmittelsicherheit@bag.admin.ch)

« Cœliakie et alimentation en Suisse – un état des lieux » Résumé et synthèse du rapport d'experts COFA

Cette feuille de données est également disponible en allemand, en anglais et en italien.

Berne, juillet 2010

doivent être transmises de manière concrète dans la formation initiale ainsi que dans les formations postgrade et continue.

## **5. Suivi à long terme**

Cette maladie chronique doit être traitée et suivie, selon nos standards médicaux, par des spécialistes bien familiarisés avec celle-ci et qui disposent également d'une expérience suffisante (nombre de cas) dans leur pratique quotidienne. Le traitement et le suivi doivent être organisés de manière multiprofessionnelle au sens d'une approche thérapeutique bio-psychosociale. Celle-ci comprend, outre la médecine et les conseils nutritionnels, des professionnels formés en psychologie et bénéficiant de compétences sociales pour les situations particulières.

## **6. Organisations de patients**

Par ailleurs, toutes les personnes cœliaques doivent pouvoir recourir aux organisations de patients comme l'Association romande de la cœliakie active dans toute la Suisse. Elle fournit des conseils et des informations aux spécialistes dans les différentes régions. En contact avec les fabricants de denrées alimentaires, les restaurateurs et les assureurs comme ceux de l'AI et des caisses-maladie, elle aide et offre son soutien lorsque se posent des questions financières (p. ex., les impôts) ou sociales (p. ex., le service militaire).

## **7. Recherche, formations universitaire, postgrade et continue**

La cœliakie est une maladie très bien étudiée dont on connaît la pathogenèse et la pathophysiologie, mais – en Suisse également – il existe des lacunes considérables dans la recherche concernant l'épidémiologie et la qualité thérapeutique. Dans ce contexte, l'organisation Interessengemeinschaft-Zöliakie a soutenu le groupe de travail sur l'épidémiologie des maladies chroniques, actif dans toute la Suisse, pour parvenir à un programme de recherche national. Malheureusement, en 2010, ce thème de recherche n'a pas été déclaré important au niveau national. Cependant, il est toujours nécessaire d'agir dans ce domaine et les organes chargés de la politique de la santé sont invités à soutenir aussi financièrement des initiatives de recherche allant dans ce sens.

### **Pour de plus amples informations:**

Office fédéral de la santé publique, Unité de direction Protection des consommateurs, Division Sécurité alimentaire, téléphone +41 31 322 05 05,

[Lebensmittelsicherheit@bag.admin.ch](mailto:Lebensmittelsicherheit@bag.admin.ch)

« Cœliakie et alimentation en Suisse – un état des lieux » Résumé et synthèse du rapport d'experts COFA

Cette feuille de données est également disponible en allemand, en anglais et en italien.

Berne, juillet 2010