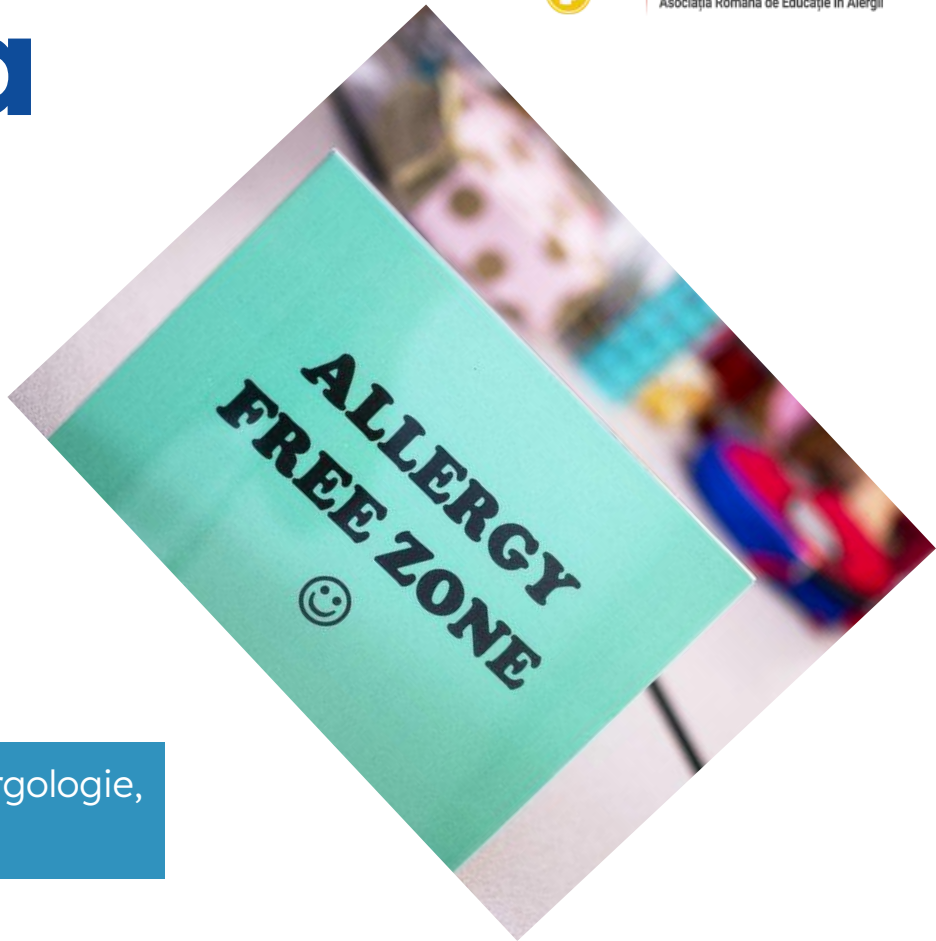
Gestionarea alergiilor alimentare în şcoli



Dr. Claudia Adriana Nicolae, medic primar Alergologie,
Preşedinte AREA

Cine suntem

Asociația Română de Educație în Alergii (AREA) își propune să contribuie în mod constant la creșterea gradului de conștientizare a alergiilor și a impactului lor asupra celor afectați

Platforma educațională educație-alergii.ro

Acțiunile sunt construite mizând pe puterea comunității ca motor al educației și al schimbării

Proiectele educaționale sunt posibile prin sprijinul susținătorilor și voluntarilor și sunt dedicate **părinților, adulților cu alergii, cadrelor medicale, profesorilor și educatorilor**

Comunitatea AREA

Familii cu copii alergici
Adulți alergici

Medici și asistente

Profesori și educatori

Instituții și companii

Peste 50,000 membri

www.educație-alergii.ro

Context

Alergiile la copiii din România

1 copil din **3** suferă de **rinită alergică**

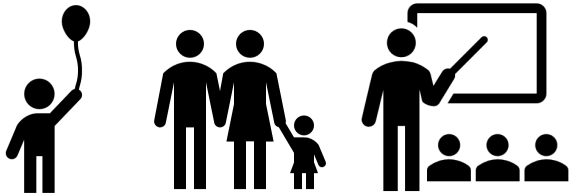
1 copil din **5** suferă de **astm alergic**

25% dintre copii suferă de **dermatită atopică**

10% dintre copii sunt diagnosticaţi cu **alergii alimentare**

Misiunea proiectului ALERGINO

Să transforme școala într-un mediu prietenos și sigur, pregătit pentru a integra copiii cu alergii, oferind educație şi resurse esenţiale cadrelor didactice şi colegilor acestor copii.



Temele de astăzi

Asociația Română de Educație în Alergii

01 Noțiuni de bază despre **alergiile alimentare** și **anafilaxia**

02 De ce trebuie **pregătite** școlile **să gestioneze** alergiile alimentare

03 **Legislația în vigoare** privind alergiile alimentare

04 **Strategii și resurse** pentru managementul alergiilor alimentare

Ce sunt alergiile alimentare?

Asociația Română de Educație în Alergii

Alergia alimentară este un **răspuns imun potențial grav** care apare după consumul alimentelor sau la intrarea în contact cu anumite alimente sau aditivi alimentari.

O alergie alimentară apare atunci când sistemul imunitar:

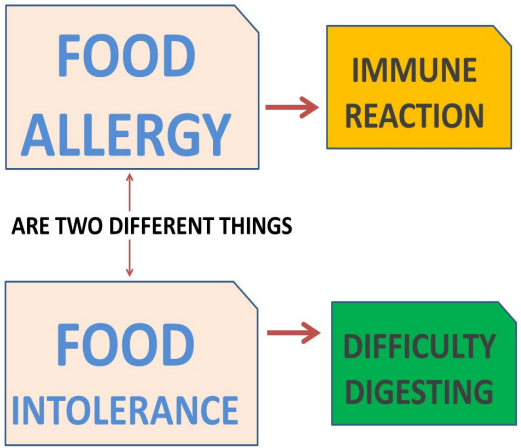
1) identifică o proteină alimentară ca fiind **periculoasă** și creează **anticorpi de tip IgE** împotriva acesteia (**alergie alimentară cu mecanism imediat**);

2) își activează **mecanismele de apărare înnăscute și cele dobândite** la care participă **limfocitele T** (**alergie alimentară cu mecanism întârziat**)

3) încearcă să protejeze organismul împotriva pericolului prin eliberarea în sângele nostru a unor **substanțe**, cum ar fi histamina, triptaza și multe alte **molecule inflamatorii**, atunci când alimentul respectiv este consumat.

Alergia alimentară vs. Intoleranța alimentară

Alergia alimentară este un **răspuns imun potențial grav** la consumul anumitor alimente.



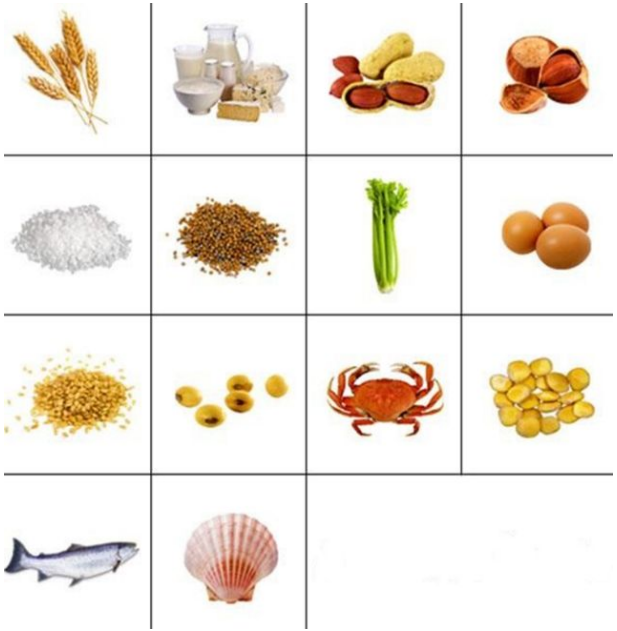
Intoleranța alimentară este o **reacție adversă** la alimente care nu implică sistemul imunitar și **nu** pune viața în pericol.

Exemplu: Intoleranța la lactoză

- Dificultăți la digerarea zahărului din lapte (lactoză)
- Simptomele pot include crampe abdominale, balonare și diaree

Alergenele alimentare legiferate

- Peste 170 de alimente care pot declanșa alergii
- Au fost izolate peste 400 de alergene alimentare
- În UE există 14 alergene alimentare legiferate:



1. Cereale care conțin gluten (grâu, secară,orz,ovăz,hibride)
2. Lapte
3. Arahide
4. Nuci(migdale,alune,nuci,caju,nuci pecan,braziliene,de macadamia,de Queensland,fistic)
5. Dioxid de sulf și sulfiți E220-E228
6. Muștar
7. Țelină
8. Ouă
9. Semințe de susan
10. Soia
11. Crustacee (crabi,homari,raci,creveți)
12. Lupin
13. Pește
14. Moluște (midii,stridii,calamari, caracatiță)

www.educație-alergii.ro

Cum se manifestă reacțiile alergice alimentare

Asociația Română de Educație în Alergii

Unul sau mai multe simptome pot să apară **în câteva minute până la 2 ore.**

Poate fi o reacție alergică ușoară până la **amenințătoare de viață.**

Probleme la înghițire
Dificultăți de respirație
Tuse repetitive, schimbarea vocii, respirație șuierătoare



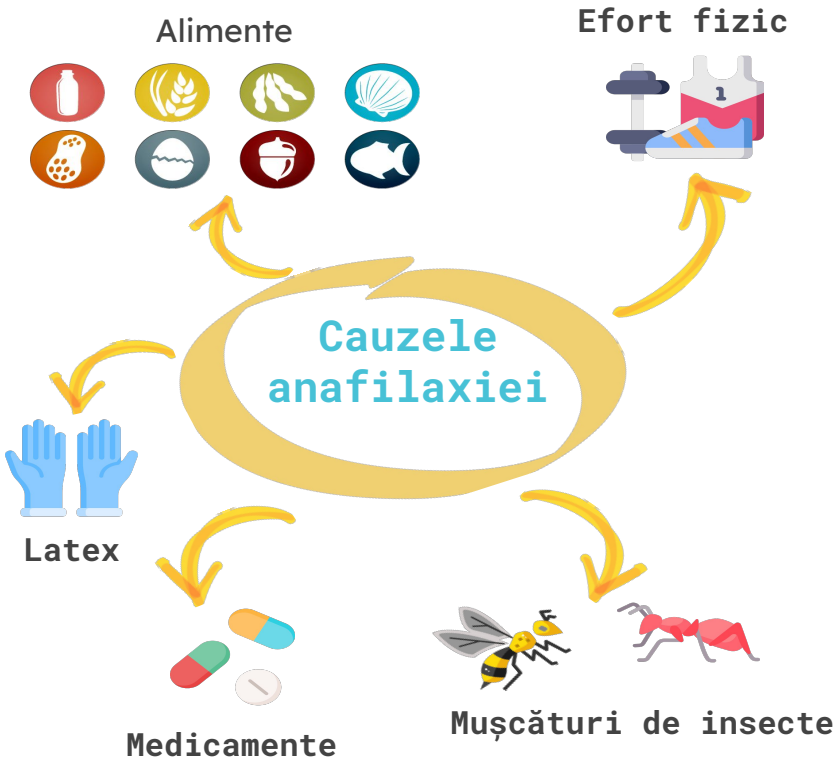
Puls accelerat / slab
Scăderea tensiunii arteriale
Amețeală, confuzie, durere de cap, senzație de neliniște, pierderea stării de conștiență

Edeme, urticarie, eczemă, rash, mâncărime

Greață și vărsături
Diaree
Crampe abdominale

www.educație-alergii.ro

Anafilaxia = reacție amenințătoare de viață



Anafilaxia este o **reacție alergică gravă,** cu debut **rapid** și care poate provoca **moartea**

www.educație-alergii.ro

Tratamentul anafilaxiei

Adrenalina administrată prin injectare este tratamentul de primă intenție pentru o reacție alergică gravă.



Administrarea rapidă a adrenalinei este cheia – o întârziere poate fi fatală!

Îngrijire și observare în camera de urgență timp de:

- 4-6 ore dacă prezintă simptome respiratorii
- 24 de ore dacă asociază scăderea tensiunii arteriale

Reacțiile bifazice apar în aproximativ **20%** din timp (simptomele se îmbunătățesc sau dispar, apoi apare a doua undă care poate fi mai rea decât prima)

De ce trebuie pregătite școlile să gestioneze alergiile alimentare?

Responsabilitatea pentru sănătatea și siguranța copiilor la școală.

Alergia alimentară este **cea mai frecventă** cauză a anafilaxiei.

Nevoia de **răspuns imediat**. Provocări sociale și emoționale unice.

Alergiile alimentare sunt parte din **marșul atopic** și copiii se confruntă și cu **alte afecțiuni alergice cronice**: **dermatita atopică, rinita/ conjunctivita alergică, astmul alergic**

De ce este necesară o strategie pentru gestionarea alergiilor alimentare în şcoli?

Numărul crescut al elevilor cu alergii alimentare

1 copil din 20 de vârstă preșcolară și școlară

Toți elevii au dreptul să studieze și trebuie să fie în siguranță

Adolescenții reprezintă grupul cu cel mai mare risc pentru reacții alergice fatale

Urgențele sunt inevitabile şi au loc frecvent în timpul şcolii

Abordarea trebuie să fie proactivă mai degrabă decât reactivă

Norme legislative (1)

Art. 32 Constituția României – Dreptul la învăţătură
(1) Dreptul la învăţătură este asigurat prin învăţământul general obligatoriu, prin învăţământul liceal şi prin cel profesional, prin învăţământul superior, precum şi prin alte forme de instrucţie şi de perfecţionare.
(4) Învăţământul de stat este gratuit, potrivit legii.

Articolul 14 Constituția României - Dreptul la educație
- Orice persoană are dreptul la educație, precum și la accesul la formare profesională și formare continuă.

REGULAMENTUL (UE) NR. 1169/2011 AL PARLAMENTULUI EUROPEAN ȘI AL CONSILIULUI EUROPEAN privind informarea consumatorilor cu privire la produsele alimentare (etichetarea produselor alimentare ambalate și neambalate) ORDINUL NR. 201/2022 AL PREȘEDINTELUI ANPC:

- Există obligativitatea prezentării tuturor datelor legate de ingredientele produselor alimentare și valorile lor nutriționale, inclusiv în preparate culinare servite

Norme legislative(2)

Ordinului comun MEN/MS nr.3764/694/2018 publicat în Monitorul Oficial nr. 495 din 15 iunie 2018:

- obligativitatea dotării cabinetelor medicale din grădiniţe, cabinetelor medicale şcolare şi a cabinetelor de medicină dentară cu autoinjectoare cu adrenalină

- recomandări cu privire la primul ajutor în caz de anafilaxie adresată conducerii tuturor unităților de învățământ de stat și particulare autorizate/acreditate, personalului medical, cadrelor didactice, personalului auxiliar, preşcolarilor, elevilor, studenţilor şi părinţilor acestora.

Materialele de instruire se găsesc pe dsu.mai.gov.ro, pe fiipregatit.ro şi pe facebook.com pe pagina oficială a Departamentului pentru Situaţii de Urgenţă, educatie-alergii.ro/resurse/integrarea-copiilor-cu-alergii-in-gradinite-si-scoli/

Gestionarea alergiilor alimentare în școli

1

Responsabilitate împărțită între **școli, elevi, familii și furnizorii de asistență medicală.**

2

Evitarea alergenilor alimentari

3

Pregătirea pentru recunoaștere și **acordarea primului ajutor** în cazul unei reacții alergice.

www.educație-alergii.ro

Crearea unui parteneriat de încredere prin comunicare şi educație

Siguranța elevilor

- **Școală**
- Administrator
- Profesori
- Asistent medical
- Servicii alimentare

- **Familiile,**
- **inclusiv elevii**

- **Cadre medicale**
- Medici, Asistente, Profesioniști din domeniul
- sănătății



Aveți întrebări?

10 paşi pentru gestionarea alergiilor alimentare în şcoli

1. Identificarea elevilor cu alergii alimentare si furnizarea de servicii de sănătate școlară

2. Planuri individuale de management scrise

3. Protocoale de medicație: depozitare, acces și administrare

4. Medii școlare sănătoase: incluziune și abordare coordonată

5. Comunicare și confidențialitate

6. Răspuns prompt în caz de urgență

7. Dezvoltare profesională și formare pentru personalul școlii

8. Educație de conștientizare pentru elevi

9. Educație de conștientizare și resurse pentru părinți/îngrijitori

10. Monitorizare și evaluare

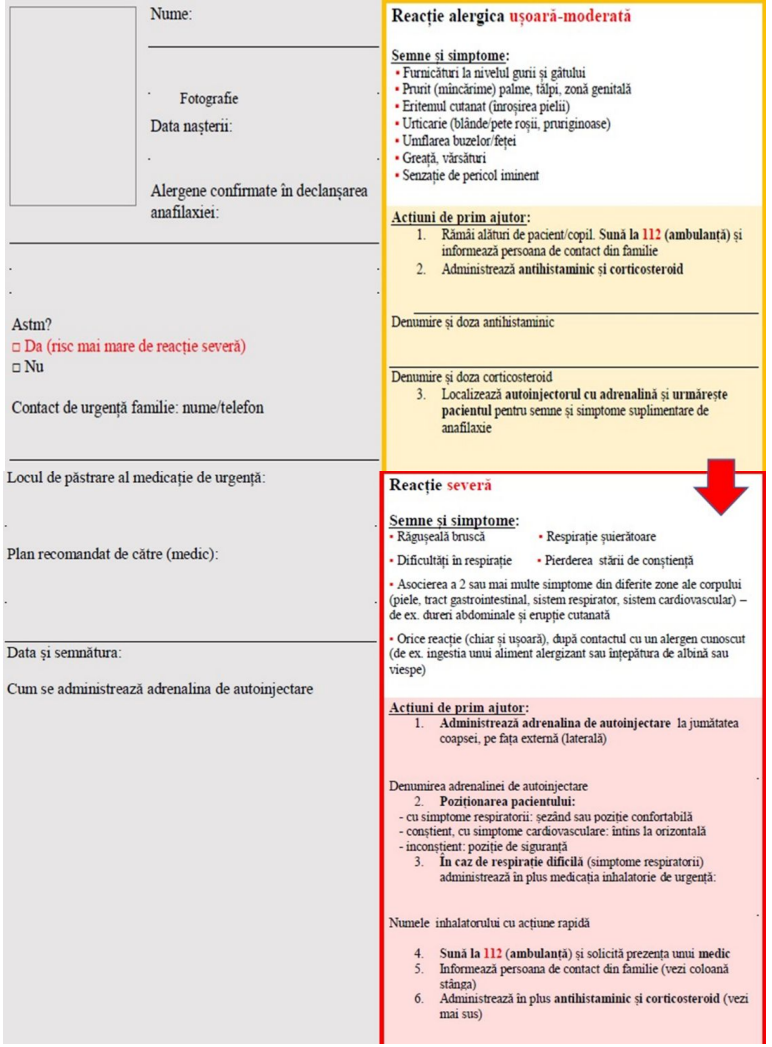
www.educație-alergii.ro

2) Planuri individuale scrise de management

Planul individual de asistență medicală

Planul de îngrijire de urgență

Constituirea unor echipe de acțiune



Nume:

Fotografie

Data nașterii:

Alergene confirmate în declanșarea anafilaxiei:

Astm?
□ Da (risc mai mare de reacție severă)
□ Nu

Contact de urgență familie: nume/telefon

Locul de păstrare al medicației de urgență:

Plan recomandat de către (medic):

Data și semnătura:

Cum se administrează adrenalina de autoinjectare

Reacție alergica ușoară-moderată

Semne și simptome:
- Furnicături la nivelul gurii și gâtului
- Prurit (mâncărime) palme, tălpi, zonă genitală
- Eritemul cutanat (înroșirea pielii)
- Urticarie (blânde/pete roșii, pruriginoase)
- Umflarea buzelor/feței
- Greață, vărsături
- Senzație de pericol iminent

Acțiuni de prim ajutor:
1. Rămâi alături de pacient/copil. **Sună la 112 (ambulanță)** și informează persoana de contact din familie
2. Administrează **antihistaminic și corticosteroid**

Denumire și doza antihistaminic

Denumire și doza corticosteroid

3. Localizează **autoinjectorul cu adrenalină** și **urmărește pacientul** pentru semne și simptome suplimentare de anafilaxie

Reacție severă

Semne și simptome:
- Răgușeală bruscă
- Respirație șuierătoare
- Dificultăți în respirație
- Pierderea stării de conștiență
- Asocierea a 2 sau mai multe simptome din diferite zone ale corpului (piele, tract gastrointestinal, sistem respirator, sistem cardiovascular) – de ex. dureri abdominale și erupție cutanată
- Orice reacție (chiar și ușoară), după contactul cu un alergen cunoscut (de ex. ingestia unui aliment alergizant sau înțepătura de albină sau viespe)

Acțiuni de prim ajutor:
1. **Administrează adrenalina de autoinjectare** la jumătatea coapsei, pe fața externă (laterală)

Denumirea adrenalinei de autoinjectare

2. **Poziționarea pacientului:**
- cu simptome respiratorii: șezând sau poziție confortabilă
- conștient, cu simptome cardiovasculare: întins la orizontală
- inconștient: poziție de siguranță

3. **În caz de respirație dificilă** (simptome respiratorii) administrează în plus medicația inhalatorie de urgență:

Numele inhalatorului cu acțiune rapidă

4. **Sună la 112 (ambulanță)** și solicită prezența unui **medic**
5. Informează persoana de contact din familie (vezi coloană stânga)
6. Administrează în plus **antihistaminic și corticosteroid** (vezi mai sus)

3) Protocoale pentru utilizarea medicației din **trusa de urgență**: depozitare, acces şi administrare

1

Permiterea accesului rapid la medicamentele din trusele de urgență.

2

Asigurarea siguranței elevilor cu alergii alimentare.

3

Respectarea regulilor pentru depozitarea, accesul și administrarea medicamentelor.

4) Crearea unui mediu scolar primitor şi sigur printr-o abordare completă şi coordonată



5) Comunicare şi confidențialitate

- Respectați confidențialitatea
- Satisfaceți cererile părinților, pe cât de fezabil



6) Răspuns de urgență în alergiile alimentare

Alergia alimentară trebuie să fie parte a unei abordări a tuturor pericolelor ”all- hazards approach”:

- Să existe **un cadru cuprinzător de pregătire** pentru situații de urgență
- Să se ia în considerare **întreaga amploare a situațiilor de urgență**
- Să se planifice **capacitățile de răspuns** la situația de urgență
- Să se facă toate eforturile pentru **atenuare reacției alergice**

Strategii de management pentru reacții alergice severe:

- ✔ **Proceduri scrise de urgență** pentru a face față unei reacții alergice alimentare care pune viața în pericol
- ✔ **Asigurarea accesului rapid la epinefrină** pentru a preveni un răspuns întârziat
- ✔ Stabilirea de **roluri și responsabilități**

7) Formarea şi dezvoltarea profesională a personalului

• **Verificați** conformitatea cu procedurile legale

• **Oferiți** instruire anuală

• **Regulament intern**, proceduri și planuri școlare pentru integrarea în condiții de siguranță a elevilor cu afecțiuni cronice de sănătate

• **Informații de bază**, cum ar fi semne, simptome și riscuri asociate cu alergia alimentară și anafilaxia

• **Strategii** care să reducă riscul de expunere la alergenii identificați pe parcursul unei zile de școală

8) Creşterea educaţiei şi conştientizării elevilor

- Educați toți elevii cu privire la alergia alimentară
- Includeți conștientizarea alergiilor alimentare ca parte a programului de educație pentru sănătate
- Oferiți programe de educație anuală
- Sprijin pentru colegii cu afecțiuni cronice de sănătate, cum ar fi alergia alimentară
- Cunoașterea potențialilor alergeni și a semnelor, simptomele și potențialul amenințător de viață al alergiilor alimentare
- Importanța respectării politicilor de sănătate și a liniilor directoare relevante privind spălarea mâinilor, împărțirea alimentelor, zonele sigure pentru alergeni și conduita elevilor.

Prevenirea bullying-ului

Tachinarea sau batjocorirea unui elev pentru că suferă de o alergie alimentară nu trebuie niciodată permisă ! (hărțuirea ar putea veni de la elevi, profesori, personal sau părinți)

• **Pentru personal**: prevenirea agresiunii, inclusiv responsabilitatea de a aborda și contracara efectele unei hărțuiri (de exemplu, consumul forțat al alergenului cunoscut).

• **Pentru elevi**: prevenirea hărțuirii, inclusiv raportarea oricărei hărțuiri sau agresiuni personalului școlar.

• **Răspunsul școlii** la hărțuirea raportată ar trebui să fie clar de la început și să cuprindă **măsuri punitive și consiliere psihologică.**



www.educație-alergii.ro

9) Educatie şi resurse părinți/îngrijitori

- **Oferiți educație** și resurse de conștientizare prin intermediul unui personal calificat.
- **Creșterea înțelegerii nevoilor speciale** ale elevilor cu alergii alimentare.
- Educația prin **workshopuri live** este de dorit, dar **comunicările scrise** pot fi, de asemenea, eficiente



www.educație-alergii.ro

10) Monitorizare şi evaluare

Crearea unui regulament intern privind gestionarea alergiile alimentare este un proces care poate fi modelat în mai mulți pași:

- ✔ Evaluați nevoile și **revizuiți periodic** datele culese
- ✔ Implicați părțile interesate
- ✔ Educați, practicați și comunicați **programele de management**
- ✔ Concentrați designul evaluării (**chestionare** care trebuie completate de părinți la înscrierea în noul an școlar, ore de dirigenție, ședințe cu părinții, echipe de intervenție)
- ✔ Adunați dovezi credibile și justificați concluziile
- ✔ Implementați modificările necesare și **împărtășiți lecțiile învățate**
- ✔ Examinați și actualizați strategiile și practicile **după un incident de reacție alergică alimentară și cel puțin o dată pe an**
- ✔ Abordați sistematic problema gestionării alergiilor alimentare
- ✔ Evaluați zonele care necesită atenție (**săli de clasă, cantină, autobuzul școlii**) și identificați acțiuni specifice pentru îmbunătățirea strategiilor de prevenție
- ✔ Urmăriți includerea și implementarea fiecărui element nou apărut în planul de management intern

Surse bibliografice

•American Academy of Allergy, Asthma, and Immunology (AAAAI) Board of Directors. (1998). Anaphylaxis in schools and other child-care settings. Journal of Allergy and Clinical Immunology, 102,173-176.

•https://www.educatie-alergii.ro/resurse/integrarea-copiilor-cu-alergii-in-gradinite-si-scoli/

area
Asociația Română de Educație în Alergii

www.educație-alergii.ro