

ALLERGIES ALIMENTAIRES

Une allergie alimentaire est une réaction du corps qui associe certains aliments ou ingrédients à une menace. Ces aliments ou ingrédients provoquent une réaction allergène.

Les symptômes, qui apparaissent quelques minutes ou plusieurs heures après avoir consommé un aliment allergène, peuvent être constatés ou ressentis dans différentes parties du corps. Par exemple:

- eczéma ou éruption cutanée
- langue ou gorge qui enfle et difficulté à respirer
- démangeaisons dans la bouche et la gorge, crampes, nausées, diarrhée ou vomissements
- chute de pression et évanouissement

L'anaphylaxie est une réaction grave qui arrive rapidement. L'anaphylaxie peut toucher plusieurs parties du corps. Les symptômes les plus graves peuvent limiter la respiration et la circulation sanguine et provoquer la mort.

Les réactions allergiques doivent être traitées conformément au plan d'action de l'élève en cas d'allergie alimentaire. On peut alors utiliser des antihistaminiques et d'autres médicaments du genre. Dans les cas les plus graves, il faut administrer de l'épinéphrine (Epi-pen, par exemple) le plus rapidement possible. Composez toujours le 911.

Voici les aliments les plus souvent en cause dans les cas de réactions allergiques:

- lait
- œufs
- arachides
- noix
- blé
- soya
- poisson
- mollusques et crustacés
- graines de sésame

La meilleure façon d'éviter les réactions allergiques est d'éviter les aliments qui les provoquent. Mettez en place un système rigoureux de vérification des étiquettes et élaborer un plan pour limiter les risques de contact avec des allergènes, y compris par voie aérogène (dans l'air). Si le petit déjeuner contient un allergène potentiel, évitez les risques de contamination croisée. On parle de contamination croisée lorsqu'un aliment qui contient un allergène entre en contact avec un autre aliment ou une surface qui ne contient pas d'allergène.

Le menu du programme de petits déjeuners pourrait devoir être adapté pour offrir des aliments convenant à tous les élèves. Pour plus de détails sur les allergies, consultez l'infirmière en santé publique de votre localité, les parents des élèves et la direction de l'école.

IL EST TRÈS
IMPORTANT
DE RESPECTER
LA POLITIQUE
D'ALIMENTS
ALLERGÈNES
DE L'ÉCOLE