

## Sécurité en matière d'allergènes dans les garderies

### Allergy Safe Child Care Facilities

#### Qu'est-ce qu'une garderie hypoallergène?

Il appartient à tous de gérer les allergies alimentaires en garderie : employés, parents et enfants. S'il est impossible de garantir l'absence de tout aliment pouvant causer des allergies en garderie, celle-ci devrait s'efforcer de créer et de maintenir un environnement sûr pour les enfants allergiques. Comment créer une garderie hypoallergène :

- Respecter les politiques et procédures visant à réduire les risques d'exposition des enfants aux aliments auxquels ils sont allergiques
- Disposer, pour chaque enfant allergique, d'un plan de soins comportant une copie de leur *Plan d'urgence pour l'anaphylaxie*, qui explique ce qu'il faut faire en cas de réaction allergique. Pour vous procurer un exemplaire vierge du *Plan*, consultez la page suivante du site de la Société canadienne d'allergie et d'immunologie clinique : <https://csaci.ca/patient-school-resources/>
- Donner une formation régulière au personnel – lui inculquer les connaissances et les compétences lui permettant de s'occuper d'un enfant ayant une réaction allergique

#### Qu'est-ce qu'une réaction allergique?

Une allergie est la réaction du système immunitaire à une protéine alimentaire (un allergène) qu'il juge nocive. Ces réactions peuvent être légères ou graves. Il faut prendre les allergies alimentaires au sérieux. Il s'agit d'éviter les aliments qui causent des réactions allergiques et de réagir de façon appropriée à une exposition accidentelle. Une réaction allergique grave s'appelle anaphylaxie, et elle se déclare souvent rapidement et peut entraîner le décès d'une personne si elle n'est pas traitée à temps.

#### Quels sont les symptômes d'une réaction allergique?

Les symptômes d'une allergie grave peuvent surgir dans les minutes suivant l'ingestion de l'aliment en question, mais se déclarent habituellement dans les deux heures. Bien que rares, les symptômes peuvent prendre jusqu'à quelques heures à se développer.

Les symptômes varient d'une personne à l'autre. La même personne peut avoir des symptômes différents chaque fois qu'elle a une réaction allergique. Parmi les pires symptômes, on compte les difficultés respiratoires et une chute de pression sanguine. Voici les symptômes de l'anaphylaxie :

- **Respiratoires** : toux, respiration sifflante, essoufflements, sensation de douleur ou d'oppression dans la poitrine, serrement de gorge, voix enrouée, congestion nasale ou symptômes rappelant ceux du rhume des foins (nez qui coule et qui démange, larmoiements et éternuements), difficultés à avaler

- **Cardio-vasculaires** : signes d'une baisse de la tension artérielle comme un pouls faible, des malaises, des étourdissements, des évanouissements
- **Cutanés** : urticaire, enflure (langue, lèvre ou visage) démangeaisons, chaleur, rougeur, éruption, peau pâle ou bleutée
- **Ventre** : vomissements, nausée, douleurs abdominales ou diarrhée
- **Autres symptômes** : anxiété, maux de tête, goût métallique dans la bouche, ou crampes utérines

#### Comment traiter une allergie grave?

Lorsqu'une réaction se déclenche, il est important d'intervenir immédiatement. N'attendez pas. Donnez immédiatement le médicament prescrit, c'est-à-dire l'épinéphrine. L'administration d'épinéphrine à votre enfant n'entraîne pas de complication si elle se fait inutilement.

L'épinéphrine est contenue dans une seringue déjà remplie et appelée auto-injecteur. Elle contribue à soulager les symptômes et peut sauver la vie de l'enfant.

#### Étapes du traitement d'une réaction allergique grave

1. Utilisez l'auto-injecteur d'épinéphrine sans tarder. Injectez l'épinéphrine dans le muscle extérieur de la cuisse, par-dessus les vêtements au besoin
2. Composez le **9-1-1** ou le numéro local des services d'urgence
3. Couchez votre enfant et élevez légèrement ses jambes. Couchez-le sur le côté s'il a la nausée ou s'il vomit. Ne le faites pas se lever ou s'asseoir. Par contre, asseyez-le s'il respire avec difficulté
4. Ne le laissez pas seul
5. Si ses symptômes empirent ou reviennent, donnez-lui une seconde dose d'épinéphrine 5 minutes après la première
6. Amenez-le à l'hôpital

Cette section est adaptée du document *L'anaphylaxie à l'école et dans d'autres milieux*, © 2005-2016 [Société canadienne d'allergie et d'immunologie clinique](https://csaci.ca/).

#### Quelle formation pour les prestataires des services de garde?

Les employés devraient avoir les connaissances et les compétences nécessaires pour s'occuper d'un enfant ayant une réaction allergique grave. Un employé compétent devrait être disponible immédiatement en cas d'allergie alimentaire.

Ce que doivent savoir tous les prestataires des services de garde :

- Les symptômes de l'anaphylaxie

- Comment réagir en cas de réaction allergique grave chez un enfant
- La façon d'appeler le **9-1-1** ou le numéro d'urgence local, et de faire comprendre le problème de l'enfant
- Les allergies de chaque enfant et les mesures à prendre pour éviter la consommation d'allergènes
- Le lieu où se trouve le plan de soins de chaque enfant, dont son *Plan d'urgence pour l'anaphylaxie*
- L'emplacement et le mode d'emploi de l'auto-injecteur de chaque enfant

## Comment offrir une garderie hypoallergène?

### Plans de soins et auto-injecteurs d'épinéphrine

- Dressez, avec le père ou la mère de tous les enfants souffrant d'allergies alimentaires, un plan de soins comportant un exemplaire du *Plan d'urgence pour l'anaphylaxie* de l'enfant
- Gardez ces plans à portée de la main, mais à l'abri des regards indiscrets
- Placez l'auto-injecteur propre à chaque enfant dans un endroit sûr non verrouillé, facile à atteindre et à portée de la main

### Repas et collations

Même une quantité infime d'allergène peut causer une allergie.

- Assurez-vous que les employés et les enfants se lavent les mains à l'eau savonneuse avant de manger et après avoir mangé, afin d'éviter que de la nourriture se retrouve sur les objets, les vêtements et d'autres surfaces
- Nettoyez soigneusement les tables et les surfaces avant de manger et après avoir mangé
- Placez la vaisselle et les ustensiles sur une serviette, et non directement sur la table
- Surveillez les enfants lorsqu'ils mangent
- Interdisez-leur de partager leurs aliments, ustensiles, serviettes et récipients
- Demandez aux parents d'enfants allergiques d'approuver tous les aliments offerts à leurs enfants
- N'offrez pas d'aliments aux enfants allergiques si vous n'êtes pas certain qu'ils n'y sont pas allergiques. Demandez aux parents de vous fournir un succédané à ces aliments
- Conservez la nourriture hors de la portée des jeunes enfants
- Mentionnez aux parents les activités où les enfants mangeront

### Achat et préparation des aliments

- Lisez les étiquettes des aliments pour savoir quels allergènes ils contiennent. Pour de plus amples renseignements sur l'étiquetage des aliments, consultez la page de l'Agence canadienne d'inspection des aliments à [www.inspection.gc.ca/salubrite-alimentaire-pour-l-industrie/information-pour-les-consommateurs/fiches-de-renseignements-et-infographies/allergenes/fra/1332442914456/1332442980290](http://www.inspection.gc.ca/salubrite-alimentaire-pour-l-industrie/information-pour-les-consommateurs/fiches-de-renseignements-et-infographies/allergenes/fra/1332442914456/1332442980290)
- Lisez la liste des ingrédients chaque fois que vous achetez de la nourriture ou qu'on en livre chez vous. Les ingrédients des aliments conditionnés peuvent être modifiés sans préavis. Ne présumez pas qu'un aliment servi est sûr

- Assurez-vous que tous les aliments préparés et entreposés sur place sont clairement étiquetés avec une liste d'ingrédients : les restes, les aliments faits à partir de rien et les aliments apportés par les familles ou le personnel
- Lavez-vous bien les mains et nettoyez soigneusement les ustensiles et les surfaces avant de préparer un nouveau plat, de façon à prévenir la contamination croisée par des allergènes
- Demandez aux parents, aux visiteurs et aux enfants plus vieux d'assurer la sécurité des enfants allergiques en n'apportant pas d'aliments qui pourraient déclencher une réaction allergique. La garderie ne devrait pas bannir inutilement les allergènes qui constituent d'importantes sources nutritives pour les enfants qui peuvent les consommer. Chaque garderie a une façon différente de gérer les allergies alimentaires

## En tant que père ou que mère, comment assurer la sécurité de mon enfant allergique en garderie?

- Remettez aux employés un exemplaire du *Plan d'urgence pour l'anaphylaxie* préparé pour votre enfant par son fournisseur de soins de santé
- Autorisez par écrit les employés à donner de l'épinéphrine à votre enfant en cas de crise. Ne signez pas de document dégageant la garderie de toute responsabilité si elle omet de lui injecter l'épinéphrine dont il a besoin
- Remettez-leur un auto-injecteur d'épinéphrine pour votre enfant. Remplacez les auto-injecteurs avant la date de péremption
- Songez à faire porter à votre enfant un bracelet MedicAlert<sup>MD</sup>
- Donnez aux préposés des aliments qui se conservent bien au cas où votre enfant en aurait besoin

Lorsque votre enfant est plus vieux, il peut assumer certaines responsabilités du contrôle de ses allergies. Montrez-lui, lorsqu'il est prêt, à faire les choses suivantes :

- Éviter les allergènes alimentaires, y compris éviter de se mettre dans la bouche des objets comme des crayons ou des jouets, et ne manger que les aliments que vous avez approuvés
- Le dire aux autres s'il croit avoir une réaction allergique
- Avoir sur lui son auto-injecteur et savoir l'utiliser

Pour de plus amples renseignements sur les allergies alimentaires des enfants, consultez la fiche [HealthLinkBC File n° 100a Les allergies alimentaires graves chez les enfants et les adolescents](#).

## Pour de plus amples renseignements

En cas de questions, composez le **8-1-1** pour parler à un diététiste. Pour de plus amples renseignements pour comprendre l'anaphylaxie et la prendre en charge, consultez les sites suivants :

- Allergies Alimentaires Canada [www.allergiesalimentairescanada.ca](http://www.allergiesalimentairescanada.ca)
- L'anaphylaxie à l'école et dans d'autres milieux : [https://csaci.ca/wp-content/uploads/2017/11/Lanaphylaxie-a-l-ecole-et-dans-daut-res-milieux-3e-%C3%A9dition-r%C3%A9vis%C3%A9e\\_a.pdf](https://csaci.ca/wp-content/uploads/2017/11/Lanaphylaxie-a-l-ecole-et-dans-daut-res-milieux-3e-%C3%A9dition-r%C3%A9vis%C3%A9e_a.pdf) (PDF 1,68 Mo)