

# Integrarea copiilor cu alergii în unitățile de învățământ preuniversitar din Romania

Acest material este gândit pentru a servi profesioniștilor din unitățile și instituțiile de învățământ preuniversitar de stat și privat de diverse tipuri, niveluri și forme de organizare a activității de instruire și educare precum: managerii educaționali, cadrele didactice, cadrele medicale, personalul auxiliar, antrenorii sportivi, colaboratorii externi și furnizorii de servicii care, prin natura activității prestate instituției/școlii, pot influența siguranța beneficiarilor actului educațional.

Cuprins:

|   |    |
|---|----|
| 1. Argument .....   | 2  |
| 2. Noțiuni generale despre afecțiunile de tip alergic care pot afecta integrarea copiilor în unitățile de învățământ.....       | 2  |
| 3. Aspecte generale legate de organizarea unității de învățământ (bune practici) .....  | 3  |
| 4. Noțiuni particulare despre afecțiunile de tip alergic care pot influența integrarea copiilor în unitățile de învățământ..... | 4  |
| 5. Aspecte generale legate de planificarea activităților educaționale curriculare și extracurriculare (bune practici) .....     | 12 |
| 6. Resurse disponibile pentru susținerea unităților de învățământ în procesul de integrare .....                                | 15 |
| Surse și alte link-uri materiale utile.....   | 16 |

Descarcă în format digital (*informații complete Back-to-school cu alergii*):



## 1. Argument

Conform **Societății Române de Alergologie și Imunologie Clinică (SRAIC)**, în România:

- **1 din 4 adulți** și fiecare al **treilea copil** suferă de **rinită alergică**;
- **1 din 5 copii** suferă de **astm alergic**;
- **25%** dintre copiii români suferă de **dermatită atopică**;
- **2%** dintre adulți și **10%** dintre copii sunt diagnosticați cu **alergii alimentare**;
- **1.120.000** de români adulți au o **alergie medicamentoasă**.

*(cifre publicate în decembrie 2021, sursa: COMUNICAT AGERPRESS)<sup>1</sup>*

În contextul semnalelor de alarmă trase în mod repetat de specialiști în legătură cu prevalența, dar și cu complexitatea și severitatea formelor actuale ale bolilor alergice, care afectează în special copiii și tinerii, prin amabilitatea **Ministerului Educației (ME)** și mizând pe susținerea tuturor actorilor implicați în procesul educațional, **Asociația Română de Educație în Alergii (AREA)** a creat acest material de bune practici recomandate pentru facilitarea respectării dreptului constituțional la educație și integrării reale în instituții de învățământ a copiilor care suferă de afecțiuni de tip alergic.

## 2. Noțiuni generale despre afecțiunile de tip alergic care pot afecta integrarea copiilor în unitățile de învățământ

**Alergia este o reacție de apărare exagerată a organismului** care apare atunci când acesta întâlnește în mediul său diferite substanțe pe care nu le poate procesa. Alergia este o afecțiune medicală cronică, care afectează calitatea vieții și, în condiții necontrolate, o poate periclita.

- Reacțiile alergice pot apărea oricând, chiar și în lipsa unui diagnostic stabilit anterior.

**SOS** Recunoașterea celor mai frecvente simptome ale unei reacții alergice și intervenția **RAPID** pot salva o viață.



Iată **cele mai frecvente simptome** ale unei reacții alergice:

- ✓ erupții la nivelul pielii, mâncărime, edeme (umflături);
- ✓ vomă sau scaune diareice, dureri de stomac;
- ✓ răgușeală apărută brusc, tuse;
- ✓ dificultăți de respirație, respirație șuierătoare sau wheezing;
- ✓ ochi înroșiți, lăcrimare;
- ✓ strănuturi, secreții nazale, mâncărimi de nas sau nas înfundat.

*Unele dintre aceste simptome se pot confunda cu simptomele unor afecțiuni virale.*

### Recunoaște **RAPID** anafilaxia!

**O** Folosește **RAPID** autoinjectorul cu **ADRENALINĂ** (ex. **EPIPEN**) sau **ADRENALINA** în anafilaxie!

**SOS** Sună **RAPID** la 112 și anunță **ANAFILAXIE!**

Reține formula mnemotehnică pentru recunoașterea semnelor unei reacții alergice severe:

**SOS RAPID** sună la 112 dacă o persoană prezintă brusc:

**R**espirație dificilă, răgușeală, respirație șuierătoare, tuse

**A**mețeală (leșin)

**P**rurit (mâncărime) și piele înroșită

**I**nsuficiență circulatorie acută cu scăderea tensiunii arteriale

**D**ureri abdominale, diaree, vărsături

*Reacția de tip anafilactic este o urgență medicală. Scanează codul QR de pe prima pagină pentru a afla informații complete.*

### 3. Aspecte generale legate de organizarea unității de învățământ (bune practici)

Părinții copiilor diagnosticați cu alergii vor prezenta unității de învățământ, ca parte din dosarul de înscriere, la începutul fiecărui an școlar și ori de câte ori apar modificări, recomandările medicului specialist

sub forma unei scrisori medicale. Scrisoarea va face referire atât la pașii necesari pentru prevenirea unei posibile reacții, precum și reguli speciale asociate diagnosticului.

În funcție de numărul de copii diagnosticați cu afecțiuni de tip alergic la nivelul fiecărei unități și instituții de învățământ de stat și privat, cu susținerea **Inspectoratului școlar**, al **directorului școlii** și al **Consiliului școlar** se va întocmi o **Procedură personalizată pentru gestionarea alergiilor**, care va fi comunicată întregului personal, tuturor celor afectați și revizuită periodic.

Această procedură va stabili:

○ **Documentele necesare la înscrierea copiilor** cu diverse afecțiuni de tip alergic (de exemplu, **scrisoare de la medicul specialist** atestând diagnosticul și detaliind recomandările, **planul de acțiune pentru situații de urgență**, **acordul scris pentru aplicarea planului de acțiune** și alte documente utile de la caz la caz),

○ **Persoanele responsabile pentru integrarea copiilor** înscriși ale căror atribuții vor implica:

✓ identificarea, informarea și responsabilizarea persoanelor care vor interacționa în cadrul activității lor sau prin rezultatul activității lor cu copiii diagnosticați cu alergii, indiferent dacă interacțiunea are loc permanent sau ocazional (de exemplu, activități opționale, ateliere),

✓ implementarea măsurilor necesare protecției copiilor la nivel de clasă în funcție de specificul alergiei și recomandările medicului specialist,

✓ informarea, la cerere, a grupului de părinți și a colegilor de clasă sub formă verbală, în cadrul ședinței sau scrise, prin mijloace de comunicare electronică,

✓ stabilirea modului în care vor primi alimente persoanele diagnosticate cu alergii alimentare,

✓ numirea unui responsabil pentru punerea în aplicare a planului de prim ajutor în funcție de specificul unității (cu/ fără cadru medical permanent, sau contract de asistență medicală),

✓ documentarea procesului stabilit în colaborare cu părinții,

✓ dotarea unității cu medicamentele necesare în conformitate cu Planul de acțiune și **Ordinul comun MEN/MS nr. 3764/694/2018**,

○ **Frecvența reluării campaniilor de informare** la nivelul unității de învățământ,

○ **Procesul pentru identificarea** și, dacă este cazul, implementarea unei proceduri de protecție pentru personalul școlar care poate suferi de afecțiuni de tip alergic,

○ **Identificarea actorilor și formalizarea drepturilor și responsabilităților acestora**,

○ **Procedura de continuitate în lipsa responsabililor nominalizați**,

○ **Modalitatea de adresare a situațiilor de bullying determinate de starea de sănătate**,

○ **Modalitatea formală de semnalare a nerespectării procedurii către managementul școlii** (date de contact, termene, informații necesare)

## **4. Noțiuni particulare despre afecțiunile de tip alergic care pot influența integrarea copiilor în unitățile de învățământ**

### **4.1. Definirea diferitelor tipuri de afecțiuni de tip alergic**

1. **Alergiile alimentare** sunt acele alergii în care reacția exagerată are loc la contactul cu alimente uzuale care nu pun probleme altor persoane. Conform SRAIC, alergiile alimentare sunt “mai frecvente la sugari și copiii mici, la care reacțiile alergice apar majoritar la câteva alergene - lapte, soia, grâu și ou (care se remit în timp) și la nuci și fructe de mare (care pot dura toată viața). Manifestările pot fi ușoare, dar și severe, amenințătoare de viață, atunci când evoluează spre anafilaxie”<sup>1</sup>

○ Copiii diagnosticați cu alergii alimentare, precum și cei diagnosticați cu intoleranțe alimentare au, **la recomandarea scrisă a medicului specialist**, o dietă alimentară specială, de excludere, dietă care interzice, parțial sau total consumul anumitor alimente **ca atare, ca ingredient** sau, în cazuri severe, documentate de medicul specialist, inclusiv sub formă de **urme ale alimentului** (firimituri, aburi, aerosoli sau cantități concentrate în spații închise, nearisite). Dieta poate fi stabilită pe o perioadă finită sau pe termen nedeterminat și se poate modifica periodic în funcție de recomandările actualizate ale medicului specialist.

○ În cazul alergiilor alimentare **scrisoarea medicală** va detalia atât **pașii necesari pentru prevenirea unei posibile reacții** precum: reguli pentru consumarea de alimente în cadrul unității de învățământ precum și utilizarea alimentelor la diferite activități educaționale, cât și **pașii de îndeplinit în situații de urgență**.

2. **Alergiile respiratorii** sunt acele alergii în care reacția exagerată are loc la contactul cu substanțe din mediul înconjurător. Conform SRAIC, rinita alergică are cele mai frecvente agravări determinate de “expunerea la alergenele față de care există sensibilizare (de tip indoor - ca de exemplu acarieni din praful de casă, sporii de fungi, scuamele de animal sau outdoor - ca de exemplu polenurile de copaci timpurii) sau la intercurențe.”<sup>1</sup>

○ Copiii diagnosticați cu alergii respiratorii și afecțiuni asociate primesc de la medicii specialiști o **schemă de tratament**, dar și **indicații despre condițiile specifice** pe care trebuie să le respecte **mediul** în care petrec perioade lungi de timp, precum casa bunicilor, sala de clasă, sala de sport, after school-ul, terenul exterior al școlii. Aceste recomandări au ca obiectiv minimizarea reacțiilor alergice și stabilizarea afecțiunii medicale. În cazul copiilor care trec printr-un proces de desensibilizare pot apărea riscuri suplimentare de reacții pe parcursul orelor de curs și planul de acțiune trebuie revizuit în concordanță.

○ Scrisoarea medicală pentru alergii respiratorii va face referire la pașii necesari pentru prevenirea unei posibile reacții, recomandări referitoare la efectuarea exercițiului fizic în condiții de siguranță precum și pașii de îndeplinit în situații de urgență.

○ Iată, cu scop de exemplificare, câteva posibile măsuri de protecție: eliminarea plantelor din sala de clasă, eliminarea carpetelor și a covoarelor, a plușurilor și a altor surse de praf, ștergerea prafului doar cu cârpe umede, interzicerea utilizării parfumurilor puternice sau a baloanelor (latex), aerisirea periodică a încăperilor din incinta școlii, utilizarea purificatoarelor de aer și/sau toaletarea plantelor, erbicidarea plantelor alergene din perimetrul școlii (de exemplu ambrozie), limitarea exercițiului fizic exterior în sezon de polen.

Contrar opiniei generale, cei mai mulți copii diagnosticați cu astm alergic pot efectua anumite categorii de efort iar medicii chiar le recomandă participarea la orele de educație fizică pentru creșterea capacității pulmonare. (**Astmul și activitatea fizică** - citește mai mult accesând codul QR de pe prima pagină)

3. **Alergiile la mușcăturile de insecte** sunt acele alergii în care reacția exagerată are loc ca urmare a mușcăturii unei insecte la care copilul poate fi sau nu deja sensibilizat.

○ În cazul copiilor diagnosticați cu alergii la mușcăturile de insecte scrisoarea medicală va face referire atât la pașii necesari pentru prevenirea unei posibile reacții, precum reguli și la măsurile speciale pentru activitățile în natură și la pașii de îndeplinit în situații de urgență.

○ Organizarea activităților în aer liber (de exemplu excursie, tabără) poate determina întâlnirea cu una sau mai multe insecte și crea premisele pentru un posibil incident alergic cu unul sau mai mulți copii, nu neapărat diagnosticați. Recomandăm, așadar, ca parte din planificarea activității didactice și parcurgerea pașilor de prevenție împreună cu participanții la activitate. (**Măsuri de prevenție și tratament în cazul alergiei la înțepături de himenoptere** - citește mai mult accesând codul QR de pe prima pagină)

4. **Dermatita atopică și dermatita de contact**, sunt două afecțiuni inflamatorii, **necontagioase**, ale pielii, care pot avea multe aspecte comune și care, adeseori, pot coexista.

○ Copiii diagnosticați cu Dermatită atopică respectă reguli de igienă stricte și urmează indicații date de medicul curant pentru îngrijirea corectă a pielii.

○ Copiii diagnosticați cu dermatita atopică pot fi afectați fizic și emoțional de puseele repetate de mâncărime. Poți înțelege mai bine impactul acestei afecțiuni urmărind seria 📺 VIDEO [Școala Atopiei](#) (acesează codul QR de pe prima pagină).

○ Iată, cu scop de exemplificare, câteva posibile măsuri de protecție: excepții de la purtarea uniformei dacă materialul acesteia agravează puseele, necesitatea utilizării anumitor săpunuri sau dezinfectante hipoalergenice, neparticiparea la activități care presupun contactul materialelor educaționale sau alimentelor cu pielea sau alte măsuri similare celor recomandate în cazul alergiilor respiratorii.

5. **Reacțiile de hipersensibilitate medicamentoasă** sunt un tip de reacții secundare rezultate în urma administrării medicamentelor.

○ În cazul copiilor cu istoric de reacții de hipersensibilitate medicamentoasă scrisoarea medicală va face referire atât la pașii necesari pentru prevenirea unei posibile reacții, precum și la regulile speciale pentru posibile urgențe minore (de exemplu: julituri, arsuri, fracturi) survenite în incinta școlii (medicamente și substanțe interzise) precum și pașii de îndeplinit în situații de urgență. (**Reacțiile alergice la medicamente** accesează codul QR de pe prima pagină)

---

“Reușita este un efort de echipă, în timp ce ne dorim integrare și nediscriminare pentru copiii noștri, trebuie să oferim la schimb înțelegere și ajutor, când putem. E nevoie de răbdare, schimbările se întâmplă treptat, rezultatele se văd în timp. E nevoie de repetiție, periodic trebuie reluate regulile cu aceeași bunăvoință și fără frustrare, ca la început, fiindcă și cei care vor să ajute mai uită, este firesc. Fiecare cu problemele lui. E de datoria noastră să le reamintim despre alergiile copilului nostru și colegilor, și părinților, deopotrivă. E nevoie de disponibilitatea de a vorbi deschis, oricând și oricui este dornic să afle despre provocările unui copil cu alergii severe, despre provocările prin care trecem ca părinți, la nivelul potrivit, în funcție de vârstă, de pregătire, de gradul de interes” (*părintele unui copil cu alergii alimentare severe integrat cu succes în colectivitate*)

---

#### 4.2. Protocoale pentru prevenție și intervenție în cazul reacțiilor alergice

##### Protocolul „Mâini curate în școli” ca mijloc de prevenire (și) a reacției alergice

Spălarea riguroasă a mâinilor cu apă și săpun **ÎNAINTE** și **DUPĂ** atingerea sau consumul alimentelor, sau a diferitelor substanțe cu risc, reprezintă cel mai simplu pas de prevenire al diverselor afecțiuni medicale, dar și cel mai simplu mijloc de protecție al persoanelor cu diverse forme de alergii declanșate de contactul cu alergenul, atunci când acesta este prezent în mediul său.

Din acest motiv, este foarte important ca, în colectivitatea de copii preșcolari sau de școala primară, să fie expuse și repetate tehnicile de spălare corectă a mâinilor periodic, ca parte din rutina zilnică.

În toate categoriile de unități școlare, informația poate fi semnalizată în proximitatea sălilor de mese, de clase, de sport, de festivități sau băi ca materiale vizuale atractive. (poster **Reguli de siguranța în colectivități** - descarcă accesând codul QR de pe prima pagină)

○ Săpunurile și produsele dezinfectante folosite pot declanșa și ele reacții alergice, în funcție de ingredientele conținute, motiv pentru care recomandăm responsabililor de achiziționare selectarea produselor hipoalergenice, care să nu conțină nici alergeni alimentari.

---

### **Aspecte legate de servirea meselor și gustărilor în cadrul unității de învățământ pe durata orelor de curs**

În practica integrării copiilor cu diverse forme de alergii alimentare, întâlnim modalități multiple de organizare, precum:

- ✓ integrarea copiilor la program scurt,
- ✓ asigurarea alimentației copilului din bucătăria proprie sau catering,
- ✓ integrarea copilului adaptând produsele oferite,
- ✓ permiterea furnizării hranei de către părinți, cu sau fără manipularea ei,
- ✓ pilotul „Masă Caldă” sau programul „Cornul și Laptele”,
- ✓ redirecționarea către o altă unitate de învățământ.

Tot în practică, întâlnim unități de învățământ cu sală dedicată pentru servirea mesei sau unități în care masa este servită în zona pentru joacă, somn și activități didactice, aceasta având practic triplă funcționalitate.

Având în vedere că soluțiile trebuie adaptate specificului dar și infrastructurii disponibile, iată câteva aspecte de avut în vedere în practică:

- **adaptarea meniului pentru copiii alergici** se poate face prin dialog și consens între părinți, reprezentanții școlii și, dacă este cazul, un reprezentant al firmei de catering sau al serviciului de aprovizionare, astfel încât să se poată identifica soluția optimă, primând siguranța fizică a copiilor cu alergii pe durata desfășurării actului educațional; în cazul imposibilității adaptării condițiilor necesare, părintelui i se va permite furnizarea alimentelor copilului și, la cerere, i se va oferi o soluție pentru depozitarea, încălzirea și servirea acestora. Meniul trebuie analizat și adaptat ori de câte ori apar modificări, indiferent dacă ele sunt determinate de schimbarea dietelor sau schimbarea conținutului lui,
- **în cazul unităților de învățământ care asigură masa copiilor** este necesară trimiterea în versiune electronică a meniului către părinți, cu minim șapte zile în avans. Documentul trimis trebuie să conțină



inclusiv valorile nutriționale per porție și conținutul alergenice al acestora. Necesitatea comunicării în detaliu a meniului se aplică atât în timpul anului școlar, pentru mesele și gustările servite pe durata orelor de curs, precum și pe toată durata evenimentelor organizate de unitatea de învățământ, direct sau cu susținerea unor terți, indiferent dacă evenimentele implică sau nu deplasare, în conformitate cu **Ordinul nr. 163/2021 și 201/2022**. Transparența acestor informații contribuie la prevenirea posibilelor incidente alergice cauzate de mâncare, prin ingestie sau contact,

○ **la prepararea mâncării, pentru reducerea riscului de contaminare** alergenice a porțiilor pregătite pentru copiii cu alergii trebuie implementate o serie de măsuri speciale precum asigurarea în bucătărie a unui spațiu dedicat, fără principalii alergeni, a unui circuit separat de spălarea temeinică a veselei fie cu un burete/lavetă dedicat, fie la mașina de spălat, precum și o serie de condiții specifice detaliate în broșura **Alergiile alimentare severe în Restaurante** (accesează și descarcă folosind codul QR de pe prima pagină),

○ contaminarea mâncării poate avea loc la prepararea ei în bucătărie sau pe **traseul parcurs de la bucătărie sau furnizorul de catering până la servire**, motiv pentru care este necesară documentarea scrisă clară a traseului porțiilor speciale și nominalizarea persoanei responsabile cu verificarea respectării acestuia. Considerăm utilă pentru evitarea contaminării afișarea în locul de preparare a mesei/pregătire a porțiilor pentru servire a unui **tabel centralizator cu restricțiile copiilor**, precum și corespondența cu felurile alimentare din meniu care conțin alimentul interzis,

○ în sala de servire a mesei, copilul diagnosticat cu alergii poate primi sau servi din farfuria altui copil dacă se folosește veselă identică pentru toate porțiile sau dacă copilul de vârstă mică nu este monitorizat îndeaproape, de aceea recomandăm formalizarea unui proces clar de prevenție,

○ pachetele unor copii pot conține alimente care presupun un risc pentru colegii lor, așadar pentru evitarea reacțiilor accidentale în practică vedem utilă stabilirea și comunicarea unor liste clare cu **alimente permise, recomandate sau interzise la nivelul colectivității** (grupă, clasă sau școală),

○ în cazul copiilor cu alergii alimentare severe în al căror istoric figurează reacții alergice grave la contactul alergenului cu pielea sau prin inhalarea acestuia, **conducerea școlii și inspectoratul școlar vor încerca să asigure soluții alternative pentru a nu pune în pericol siguranța copilului pe durata orelor de școală**. Aceste soluții pot fi: asigurarea unui spațiu separat de sala de clasă pentru servirea gustărilor și a mesei calde, înlocuirea cu produse potrivite sau eliminarea produsului riscant pentru întreaga clasă,


○ în situația în care gustarea/ masa se servește în sala de clasă sugerăm responsabilizarea fiecărui copil de a-și șterge masa pe care a mâncat și de a arunca la gunoi alimentele rămase.

---

### Situații de risc cauzate de ocaziile festive

- aniversări ale colegilor, ale școlii, sărbători precum Paștele, Crăciunul, Ziua Școlii, Halloween, Începerea și Încheierea Anului Școlar și altele
  
  - Marcarea ocaziilor festive în unitățile de învățământ a devenit strâns legată de consumul alimentelor de tip gustare dulce sau sărată, gustări introduse în incinta școlii și servite copiilor de diverse persoane din interiorul sau din afara școlii (de exemplu, alți părinți, specialiști, ONG-uri, reprezentanți ai autorităților locale), situație care poate periclita siguranța copiilor.
  
  - Pentru minimizarea riscurilor legate de aceste evenimente, este de preferat ca unitățile de învățământ să implementeze și să comunice transparent pentru întreaga colectivitate **reguli legate de accesul alimentelor de tip gustări în incinta școlii pe durata desfășurării orelor de curs**, această abordare asigurând siguranța fizică și emoțională a copiilor care suferă de alergii alimentare severe dar și de alte tipologii de afecțiuni care implică restricții medicale precum diabet, obezitate, boală celiacă și altele.
  
  - Procedura poate acoperi aspecte de **siguranță alimentară** (documentele care trebuie să însoțească alimentele, de exemplu certificat de conformitate în cazul produselor perisabile de cofetărie), procedura de transport, **ingredientele strict interzise** (dacă este cazul, de exemplu, școala poate decide să interzică integral în anexele sale anumite substanțe alergene), termenul până la care vor fi înștiințați părinții copiilor cu dietă specială, persoana responsabilă de înștiințarea acestora și de verificarea alimentelor primite.
  
  - Este important să se **menționeze explicit și cu acordul ambelor părți** (părinte și responsabilul desemnat din partea școlii) care sunt condițiile în care un copil cu dietă specială **poate primi sau consuma un aliment** oferit la o asemenea ocazie, primând siguranța copilului.
-

## Primul ajutor, cabinetul medical și trusa de urgență

 Educarea copiilor diagnosticați cu alergii implică acțiuni speciale suplimentare legate de prevenirea reacțiilor alergice. Experiența ne arată că, în ciuda eforturilor depuse, pe parcursul actului educațional apar și situații de criză motiv pentru care este necesară implementarea la nivelul unității de învățământ a unei proceduri de reacție în caz de urgență de natură alergică.

○ În cazul copiilor cu istoric clinic documentat de reacții severe, indiferent de tipul acestora, se recomandă înscrierea lor cu prioritate în unitățile de învățământ cu cadru medical prezent permanent și instruirea temeinică a acestuia în legătură cu specificul afecțiunilor copiilor înscriși. O variantă alternativă ar putea fi înscrierea copiilor în unitățile de învățământ de proximitate unităților de primiri urgențe pediatrice,

○ În cazul unităților de învățământ în care își desfășoară orele copii cu diverse forme de alergii unitatea de învățământ trebuie să asigure dotarea dulapului de prim-ajutor conform Ordinului comun MEN/MS nr. 3764/694/2018,

○ În lipsa unui cadru medical permanent sau în absența temporară a acestuia, este necesară desemnarea formală a unui responsabil de prim ajutor care să poată urma pașii din planul de acțiune pe durata orelor de curs. În cazul în care unitatea de învățământ nu poate identifica un proces satisfăcător, părintele poate solicita accesul în școală ca însoțitor pe durata orelor de curs,

○ din experiența practică, se recomandă ca localizarea cabinetului medical sau a punctului de prim ajutor, dacă există, să fie la parter, într-o zonă ușor accesibilă din orice punct, și poziționarea claselor cu posibile situații de risc în imediata proximitate fizică a acestuia,

○ localizarea trusei de urgență personale trebuie stabilită de la caz la caz, însă experiența din alte țări arată că este de preferat ca aceasta să rămână în posesia elevului, în ghiozdan, pe toată durata orelor de curs, sau la însoțitorul acestuia, la copiii de creșă și grădiniță. Există cazuri, inclusiv cu deznodământ tragic, în care copilul nu a avut acces la trusa de medicamente la ora de sport, pe durata transportului școlar sau pentru că era încuiată în cabinetul medical și cadrul medical lipsea,

○ planul de urgență personalizat trebuie să se afle în mai multe copii în dosarul copilului, la cabinetul medical, în dulapul cadrului didactic, la sala de sport și în ghiozdanul copilului. Alergia poate fi semnalizată permanent și prin brățări speciale de avertizare,

○ în caz de orice reacție alergică a preșcolarului/elevului cu alergii de orice tip, persoana desemnată de unitatea de învățământ, sau orice persoană instruită, dacă aceasta nu este disponibilă:

✓ va administra medicamentele de primă urgență conform planului de acțiune existent în trusa de prim-ajutor din ghiozdanul elevului/ locul prestabilit,

✓ va anunța serviciul de urgență 112 și se va asigura că persoana rămâne în [poziția de siguranță](#)<sup>2</sup> până la sosirea echipajului medical,

✓ va contacta de îndată oricare beneficiar secundar, datele de contact fiind menționate în planul de acțiune aflat în ghiozdanul elevului, în trusa de urgență, alături de numărul de telefon al medicului alergolog sau pre brățara de avertizare,

○ în cazul incidentelor, indiferent de severitatea lor, având în vedere că ele reprezintă un test al funcționării proceselor existente, unitatea de învățământ și beneficiarii afectați vor revizui cauzele și modul de reacție și vor documenta concluziile și/sau aplica măsuri de ajustare ale procedurii active.

## **5. Aspecte generale legate de planificarea activităților educaționale curriculare și extracurriculare (bune practici)**

### **Organizarea clasei**

○ așa cum menționăm la capitolul anterior clasele în care învață copiii cu diverse afecțiuni de tip alergic au nevoie de reguli de comportament speciale, gândite pentru protecția fizică a celor afectați (de exemplu: nu se împarte mâncarea între copii, anumite categorii de alimente sunt interzise în clasă, spălatul pe mâini are loc înainte și după masă) sau de condiții speciale de amenajare (de exemplu: eliminarea sau interzicerea anumitor obiecte de risc, servirea mesei și a gustărilor în afara sălii de clasă și altele),

○ regulile clasei introduse și explicate la începutul anului școlar necesită recapitulare după vacanțe și pauze mai lungi, atât pentru copii, cât și pentru adulți,

○ acolo unde este posibil, dacă se consumă alimente în sala de clasă, copilul cu alergii alimentare va fi înconjurat în bănci de copii dispuși să îi respecte restricțiile alimentare. În cazul copiilor de vârste mai mari, dacă doresc, aceștia pot fi instruiți să recunoască reacția alergică pentru a alerta un supraveghetor adult.

○ pentru conștientizare și educare, unitatea de învățământ poate alege să afișeze la vedere, atât în clasă, dar, mai ales în sala de mese, sala de sport sau pe holurile școlii, materiale explicative (cel mai potrivit prin desene) cu privire la reacțiile alergice, prevenție, intervenție în caz de reacții alergice (scanează codul QR de la prima pagină pentru a descărca materiale potrivite)

○ se recomandă stabilirea unei comunicări deschise atât cu cadrul didactic, cât și cu grupul de părinți ai căror copii fac parte din colectivul unei clase în care învață unul sau mai mulți copii diagnosticați cu alergii. Începând de la prima ședință se stabilesc bazele unui climat pozitiv, subliniindu-se efectul psihologic și emoțional al empatiei, prieteniei și responsabilității în relația cu ceilalți. Se recomandă discuții cu fiecare ocazie ce presupune o situație de risc pentru copiii alergici, informarea părinților în legătură cu acestea și găsirea unor variante câștig-câștig pentru toți copiii: înlocuirea dulciurilor cu fructe, mici rechizite și jucării pentru ocaziile festive,

○ se recomandă activități de conștientizare a unicității personale și de dezvoltarea a empatiei, toleranței în rândul copiilor, diminuarea bullying-ului (lecturi povești terapeutice, joc de rol: “Astăzi eu sunt alergicul!”, “De-a petrecerea”, “La restaurant”, etc)

Exemple de lecturi prin care cadrul didactic poate atinge aceste obiective:

✓ **Ada îl cunoaște pe Bogdan, Poveste pentru prietenii fără alergii alimentare** (4 - 7 ani, descarcă accesând codul QR de pe prima pagină)

✓ **Alergia alimentară pe înțelesul copiilor** (6 - 9 ani, descarcă accesând codul QR de pe prima pagină)

✓ “Acceptă-te așa cum ești!”, “Fiți alături unii de alții!”, “Nu judeca pe cineva înainte să-l cunoști!”, “Fii grijuliu”, “Tratează-i pe alții cum ai dori să fii tratat” (Marea carte a gândurilor pozitive), “Acceptă-i pe ceilalți”, “Toți suntem importanți”, “Acceptă și ce este diferit”, “Jucați-vă împreună”, “Toți suntem buni la ceva”

○ activitățile menționate anterior pot avea loc la orele de educație civică/dezvoltare personală/dirigenție. În cadrul aceluiași ore se recomandă o discuție liberă cu colegii/clasa copilului dedicată alergiilor, prevenției și conștientizării. Discuția poate avea loc în prima luna de școală și se poate repeta periodic, sub formă de poveste, filmulețe, cărțile, broșuri, adecvate vârstei,

○ în funcție de nivelul de vârstă, informațiile despre alergii pot fi prezentate începând de la forma simplă, cu informație ușoară (strănut la pădărie sau polenul din flori, înțepătura de albină care poate da doar o roșeață sau poate apărea o umflătură) până la informații mai detaliate și specifice (alergii alimentare, respiratorii, la medicamente, dermatitele atopice și impactul lor asupra copiilor, inclusiv psihologic),

○ La susținerea orelor, pot fi invitați pentru a susține acest subiect medici specialiști, voluntari reprezentanți AREA, părinți ai copiilor cu alergii, profesori de biologie, subiectul făcând parte din programa clasei a 8-a, sau, în cazul elevilor, atunci când sunt pregătiți și dacă doresc, chiar ei înșiși.

---

### **Planificarea activităților didactice care presupun utilizarea anumitor substanțe alergene**

În practica integrării copiilor cu diverse forme de alergii, întâlnim situații în care incidentele de natură alergică sunt declanșate de materiale didactice folosite la sala de clasă, fie că sunt folosite substanțele direct (de exemplu la activități de gătit, decorații cu alimente, activități de numărare, recompense), fie că substanțele sunt parte din etichetele unor obiecte, prezența acestora fiind mai puțin cunoscută.

○ Recomandăm consultarea părinților atât la începutul anului, cât și în proiectarea activităților didactice, pentru identificarea cât mai corectă a ingredientelor periculoase. Experiența practică din comunitate ne arată că cel mai frecvent pot prezenta risc următoarele [resurse](#), enumerarea nefiind exhaustivă:

✓ produsele pentru pictat, decorat, precum tempera, dactilopictură - finger paint, cerneală, creioane cerate,

✓ produsele pentru pictat pe față, produsele pentru machiaj, tatuajele temporare, creta,

✓ cariocile, markererele, linierele,

✓ lipiciul, plastelina, slime-ul,

✓ produsele reciclate (peturi, cofraje de ouă, cutii de lapte și altele),

✓ semințele, pastele, bomboanele mici,

✓ solul de plantat și hrana pentru animale,

✓ resursele pentru cutii senzoriale sau instrumente muzicale improvizate,

✓ instrumentele muzicale de suflat,

✓ baloanele, mănușile de unică folosință (latex),

✓ plasturii.

○ Lista resurselor cu risc poate fi tipărită și consultată periodic la planificarea activităților didactice.

**(Lista de materiale și activități didactice cu posibil risc pentru copii cu alergii alimentare - accesează codul QR de pe prima pagină)**

---

### **Planificarea activităților extrașcolare prilejuite de Școala Altfel și alte experiențe practice**

În practica integrării copiilor cu diverse forme de alergii, întâlnim situații în care unitatea de învățământ organizează activități extrașcolare, uneori obligatorii, activități la care copilul cu diverse forme de alergii nu poate participa din motive practice (de exemplu, atelier de gătit pizza pentru copilul alergic la gluten, activitate cu diverse animale pentru copilul cu alergii la diverse epitelii de animal, activitate cu apicultori pentru copilul alergic la înțepătura himenopterelor).

○ Unitatea de învățământ care organizează activitățile în cauză, consultând părinții copiilor participanți, poate căuta soluții alternative pentru a permite participarea în siguranță și a acestora, și, în

caz de apelare la serviciile unui organizator extern, va intermedia negocierea între beneficiar și prestator.

○ Unitatea de învățământ anunță detaliile specifice activității cu minim 14 zile înainte de desfășurarea acesteia pentru a permite timp suficient părintelui fie să asiste la participarea în siguranță a copilului său, fie să caute soluții alternative, în cazul în care participarea este prea riscantă. Printre detaliile oferite în scris prin mijloace de comunicare electronică e important să se enumere descrierea activității, mijloacele de transport folosite, raportul de însoțitori/ copii, dacă grupul este însoțit de un responsabil de prim ajutor, meniul ce va fi oferit copiilor (inclusiv alergeni), materialele didactice folosite.

---

### **Cu alergii în siguranță la școală: să nu uităm de impactul emoțional**

Stresul poate fi un factor agravant al manifestărilor alergice.

Apelează cu încredere la susținerea consilierului școlar! Planificați și proiectați împreună activități pentru integrarea reală a copiilor cu alergii.

Copiii mici și foarte mici au nevoie să simtă deschidere și susținere în integrarea lor, atât de la colegi cât și de la cadrele didactice.

Începând cu vârsta școlară, cel mai probabil copiii sunt deja familiarizați și pot să explice singuri o parte din regulile de siguranță pe care le respectă. Ascultă-i și implică-i!

Respectă-i copilului mai mare dorința de a nu-și dezvălui diagnosticul în întregul colectiv, decât dacă și atunci când este pregătit.

## **6. Resurse disponibile pentru susținerea unităților de învățământ în procesul de integrare**

Date fiind presiunea și responsabilitatea care pot copleși responsabilii în procesul de integrare a copiilor cu alergii dar și complexitatea procesului în sine suntem disponibili pentru susținerea procesului cu:

- Parteneriate **AREA - școli** și grădinițe prin intermediul cadrelor didactice,
- **Sesiuni virtuale de formare, întrebări și răspunsuri** pentru profesorii care doresc să pregătească un plan de lecție pentru nivel primar / gimnazial,

- Prezența fizică a voluntarilor AREA pentru lecții demonstrative și prezentări la clase,
- Suport în înțelegerea și exersarea planului de urgență, sesiuni 1:1 pentru explicarea riscurilor, gestionarea fricilor sau diverse instrumente pentru suport emoțional.

Suntem, de asemenea, disponibili pentru a susține procesul de integrare profesională în siguranță a adulților care profesază în sistemul de învățământ și care sunt diagnosticați cu diverse forme de alergii.

Vă mulțumim pentru disponibilitate și implicare,

#### **Asociația Română de Educație în Alergii**

✉ [contact@educatie-alergii.ro](mailto:contact@educatie-alergii.ro) || ☎ 0745 080 808

[www.educatie-alergii.ro](http://www.educatie-alergii.ro)

<https://www.facebook.com/asociatiaromanadeeducatieinalergii>

#### **Autori și consultanți:**

- Adriana Claudia Nicolae - medic alergolog, președinte fondator AREA
- Laura Sachelarie-Ciubotariu - membru fondator AREA și mama unui copil cu alergii
- Monica Taină - membru fondator AREA, mama a doi copii cu alergii
- Elena-Gabriela Rânceanu - profesor învățământ preșcolar, mamă a doi copii cu alergii
- Mihaela Trăscău - profesor gimnaziu, mamă copil cu alergii alimentare și respiratorii
- Oana Florena Palea - economist, mamă copii cu alergii severe alimentare și respiratorii
- Elena Vîrlan - economist, membru AREA, mama unui copil cu alergii severe
- Alexandra Hristu - psiholog, mamă copii cu alergii alimentare severe
- Mădălina Berechet - avocat, mama unui copil cu alergii
- Timea Miron-Sojka - avocat, mama unui copil cu alergii
- Lucia Bedell - mamă a doi copii cu alergii
- Sorana Vardianu - economist, mama unui copil cu alergii
- Roberta-Alexandra Răduca - mamă și asistent personal copil cu alergii severe
- Elena Ionela Hudac - director adjunct Școala Gimnazială nr.308, București

#### **Surse și alte link-uri materiale utile**

<sup>1</sup><https://agerpres.ro/comunicate/2021/12/09/comunicat-de-presa-societatea-romana-de-alergologie-si-imunologie-clinica--828198>

<sup>2</sup><https://www.allergy.org.au/hp/anaphylaxis/positioning>

**(en)** Back to school cu **Foodallergy.org** secțiune Back to school și Curs Food Allergy Bullying, **kidswithfoodallergies.org** secțiune Back to school

**(en)** **foodallergycounselor.com** resurse pentru impactul socio-emoțional al alergiilor