

## Dix stratégies pour contribuer à réduire le risque de réactions allergiques graves

La moindre trace d'un allergène alimentaire peut déclencher une réaction allergique grave. La seule façon de prévenir une réaction allergique est d'éviter le déclencheur de l'allergie.

La sensibilisation et le soutien de la communauté peuvent contribuer à créer un environnement plus sécuritaire pour les personnes à risque.

Sécurité Allergie a élaboré les recommandations qui suivent afin d'aider les élèves à réduire le risque d'exposition aux allergènes alimentaires :

1. Se laver les mains et la bouche avant et après les repas.
2. Prendre des précautions afin de réduire au minimum le risque de contamination croisée dans la préparation des aliments.
3. Lire les étiquettes sur les emballages de produits alimentaires et s'enquérir des besoins spécifiques de la personne allergique.
4. S'assurer que les enfants ne partagent pas de nourriture avec des amis qui sont allergiques et ne les forcent pas à accepter de la nourriture s'ils la refusent.
5. Bien nettoyer les surfaces ainsi que les jouets, et jeter les restes de nourriture après les repas ou les collations.
6. S'assurer qu'un adulte surveille les enfants lorsqu'ils mangent ou que de la nourriture est à leur portée.
7. S'assurer que les ingrédients des aliments apportés à l'école lors d'événements spéciaux, servis à la cafétéria ou commandés chez un traiteur sont clairement identifiés.
8. Envisager de modifier ou de restreindre la consommation d'aliments en classe selon les allergies des enfants.
9. Consulter les parents des enfants ayant des allergies alimentaires avant d'utiliser des aliments dans le cadre d'une activité en classe.
10. Interdire la consommation d'aliments à bord de l'autobus scolaire pendant le trajet quotidien.

Malgré les efforts déployés, les accidents et la contamination croisée peuvent arriver. C'est pourquoi il est essentiel que les élèves qui présentent des allergies alimentaires graves aient toujours un auto-injecteur d'épinéphrine à portée de main. Les enseignants et le personnel de l'école doivent savoir comment utiliser l'auto-injecteur de leur élève en cas d'urgence.

Pour en savoir plus sur les allergies graves en milieu scolaire, visitez [EpiPen.ca](http://EpiPen.ca).