

ALLERGIES ALIMENTAIRES

Tous ensemble pour un milieu de garde sécuritaire

Aide-mémoire pour **tous** les parents

Qu'est-ce qu'une allergie alimentaire?

- Une allergie alimentaire est une réponse excessive du système immunitaire au contact de la protéine d'un aliment, habituellement inoffensive pour la majorité des personnes.
- Cette réponse excessive peut provoquer une anaphylaxie, une réaction allergique grave et potentiellement mortelle, nécessitant un traitement médical d'urgence.

Qu'est-ce que la contamination croisée?

- La contamination croisée se produit lorsqu'un aliment entre en contact avec un allergène en passant par une surface, comme un ustensile, une table ou la surface des mains.
- Une trace d'allergène invisible à l'œil nu peut suffire à déclencher une réaction allergique sévère. Un enfant peut ainsi être exposé à son allergène même si celui-ci ne fait pas partie des ingrédients de son repas.
- **À titre d'exemples :** Dans la cuisine, la contamination croisée peut survenir lorsqu'on utilise une cuillère pour remuer une recette qui contient un allergène et que la même cuillère sert ensuite pour une autre préparation, sans être nettoyée. Dans le milieu de garde, la contamination croisée peut se produire lorsqu'un enfant ne se lave pas les mains après avoir mangé et qu'il manipule les jouets de la garderie. Ce transfert de traces d'allergènes présente un risque de réaction pour l'enfant allergique qui viendrait ensuite toucher ces mêmes jouets.



Allergies
Québec

Réalité en milieu de garde

- Environ 7 %* des enfants canadiens vivent avec une allergie alimentaire, il est donc très probable que votre enfant côtoie des camarades allergiques.
- Les jeunes enfants allergiques ne sont pas toujours en mesure d'identifier eux-mêmes les aliments contenant des allergènes, de reconnaître les symptômes d'une réaction allergique ou encore d'éviter la contamination croisée. Les adultes qui les entourent jouent donc un rôle déterminant, tant pour prévenir les expositions aux allergènes qu'en cas de réaction allergique.

*Santé Canada. 2020 : Recherche relative à la prévalence des allergies et des intolérances alimentaires.



De petits gestes simples pour assurer la sécurité des camarades qui vivent avec des allergies alimentaires

- **Respecter les politiques du milieu de garde concernant la nourriture.**
 - Ne pas apporter de nourriture si cela est interdit.
 - Si la nourriture de la maison est permise, s'assurer qu'elle respecte la politique sur les allergènes émise par le milieu de garde.
 - Vérifier que son enfant n'a pas de nourriture autre, dans son sac ou ses poches.
- **Prévenir la contamination croisée.**
 - Laver adéquatement les mains et le visage de son enfant, à l'eau et au savon, avant de l'amener dans le milieu de garde.
 - Avant de quitter la maison, vérifier que les vêtements de son enfant n'ont pas été salis par des résidus d'aliments. Changer les vêtements souillés, au besoin.
- **Sensibiliser son enfant aux comportements sécuritaires en fonction de son âge.**
 - Insister sur l'importance de ne jamais partager sa nourriture, ses boissons ni ses ustensiles à la garderie.
 - Encourager l'enfant à se laver les mains à l'eau et au savon avant et après les repas et les collations.

NOTE

Les désinfectants à mains à base d'alcool n'éliminent pas les allergènes. Le lavage à l'eau et au savon est le moyen le plus efficace pour prévenir la contamination croisée.

Allergies
Québec