

# Allergies alimentaires :

## 10 conseils pour l'accueil et la gestion du campeur à risque

### 1. La communication

Il est important d'établir une communication efficace avec le parent dès l'inscription de l'enfant. Entre autres, ceci permettra de détailler :

- Les allergies de l'enfant
- La médication de l'enfant
- La gestion des repas de l'enfant
- La procédure à suivre en cas d'urgence

### 2. Le dossier : établir un plan d'action individualisé

Le dossier du campeur devrait inclure un plan d'urgence individualisé permettant d'avoir accès à toute l'information relative à sa condition médicale. Ces documents devraient être complétés par le parent et approuvés par le médecin spécialiste (allergologue) traitant l'enfant.

Les documents suivants devraient être inclus dans le plan :

- Une photo de l'enfant
- L'information à jour concernant ses allergies (liste des allergènes, etc.)
- Les signes et symptômes d'une réaction allergique
- Le protocole d'intervention en cas d'urgence
- Les coordonnées de personnes à joindre en cas d'urgence
- L'information concernant sa médication (dose, endroit où sera conservé la médication, dates de péremption, etc.)
- L'autorisation d'administrer un médicament signée par un parent, le tuteur ou l'élève lui-même, s'il a l'âge requis
- Les stratégies particulières de surveillance et de prévention
- La signature de l'allergologue, du médecin ou de l'infirmière praticienne en soins de première ligne, le cas échéant
- Toute autre information jugée nécessaire

### 3. Le transport et la conservation de la médication

Selon l'âge de l'enfant, il est possible que la médication, l'auto-injecteur d'épinéphrine, soit portée en permanence par ce dernier. Des pochettes spécialement conçues pour le transport des auto-injecteurs sont en vente sur le marché et permettent d'assurer une proximité optimale à la médication.

Selon la situation, il est aussi possible de conserver une deuxième dose de médication à un endroit spécifique, comme au bureau des premiers soins ou dans le sac du moniteur, lors de déplacements.

En tout temps, les auto-injecteurs doivent être entreposés dans un endroit sécuritaire, accessible rapidement en tout temps et non fermé à clé.

Les auto-injecteurs d'adrénaline doivent être conservés à une température se situant entre 15 et 30 degrés Celsius. Il est important de ne pas les entreposer près d'une source de froid directe (glacière, ice pack, etc.).

Lorsqu'une sortie extérieure est planifiée en été ou en hiver, il est possible pour le campeur de se procurer une pochette spécialement conçue pour la conservation de l'auto-injecteur à la température idéale (la marque du produit est Friio).

### 4. La prévention

Le camp adopte des mesures permettant de réduire les risques d'exposition aux substances allergènes dans des circonstances précises, comme les repas ou les sorties.

Ces mesures de prévention peuvent varier selon les circonstances et l'âge de l'enfant, mais voici quelques bonnes pratiques :

- a) Surveiller les campeurs au moment des repas et de la collation
- b) Interdire l'échange et le partage de nourriture
- c) Limiter les allergènes dans les distributeurs automatiques
- d) Recourir à des récompenses non alimentaires
- e) Limiter l'utilisation de nourriture pendant les cours (tels que les bricolages)
- f) Interdire aux campeurs de manger dans l'autobus, lors de déplacements
- g) Nettoyer les surfaces contaminées
- h) Encourager les campeurs à se laver les mains avant et après avoir mangé

## 5. Les repas et les sorties spéciales

### Les repas

Si des repas sont offerts sur place par le camp, le parent vous informera si le jeune allergique peut ou non utiliser le service de traiteur.

S'il n'est pas possible pour l'enfant de les consommer, tous les repas et les collations devraient être fournis par le parent.

Si un four à micro-ondes est accessible, assurez-vous que l'enfant allergique puisse y réchauffer son plat en premier et qu'un nettoyage adéquat est effectué à chaque jour.

Lors des repas ou des collations, assurez-vous qu'il n'y ait pas de partage de nourriture.

### Les sorties

Si des sorties impliquant une nuitée à l'extérieur ou une distance importante par rapport à un hôpital sont prévues, assurez-vous d'en informer les parents dès leur inscription. Des mesures spéciales peuvent être mises en place, comme la validation d'un accès à un réseau de téléphonie cellulaire et l'ajout d'un auto-injecteur à la trousse d'urgence.

## 6. Les allergènes contenus dans les produits non alimentaires

Certains produits non alimentaires peuvent contenir des allergènes et ne sont pas sécuritaires pour les personnes allergiques. Il est important de porter une attention particulière aux écrans solaires (arachides, soja), aux pots de yogourt, aux cartons d'œufs, à la peinture (soja), à la pâte à modeler (blé), aux shampoings (amandes), etc.

## 7. Les autres campeurs

En début de séjour, selon l'âge des campeurs, il peut être intéressant de discuter de la question des allergies. Profitez-en pour faire un rappel des règles de base : l'interdiction de partager, l'hygiène, l'intimidation (les moqueries), etc.

## 8. L'auto-injecteur : la responsabilité et la formation

Les camps de vacance membres de l'Association des camps certifiés du Québec ont l'opportunité de se procurer des auto-injecteurs d'adrénaline au commun, qu'il est possible de conserver sur place en cas d'urgence. Depuis le printemps 2015, la marque EpiPen<sup>MD</sup> propose une offre d'auto-injecteurs spécialement pour l'Association.

Depuis 2013, toute personne peut injecter de l'adrénaline à une personne connue avec des allergies alimentaires. Cette réglementation a été publiée dans la Gazette officielle du Québec le 20 mars 2013, selon l'article 3 du règlement Décret 164-2013 - Code des professions.

Une formation de base sur l'anaphylaxie et les allergies est donnée régulièrement au personnel des camps et à tout intervenant ayant un contact direct avec les campeurs.

## 9. Les outils

Sur le site web de l'Association, des outils seront mis à jour en collaboration avec l'Allergies Québec pour faciliter la transmission d'informations aux campeurs allergiques.

## 10. On s'amuse !

Surtout, ne pas oublier de s'amuser. Lorsque l'encadrement est adéquat, place au jeu!

Un enfant allergique est restreint par rapport à son alimentation, mais il peut habituellement participer à toutes les activités organisées. Si une condition d'asthme est présente, il est important de s'assurer que l'enfant ait accès à sa médication en tout temps.

Ce texte a été rédigé par l'**Allergies Québec**.

Pour plus de détails sur les allergies alimentaires, visitez [allergies-alimentaires.org](http://allergies-alimentaires.org)