

Classe d'éducation physique

Ne jamais exclure un enfant asthmatique des activités sportives, il en souffrirait psychologiquement et se sentirait exclu, isolé. De plus, il a été prouvé que le sport est bénéfique pour les asthmatiques (seul sport interdit : la plongée sous-marine).

Néanmoins, quelques conseils s'imposent :

- Il est possible que le médecin prescrive la prise des médicaments ou une bouffée de bronchodilatateur avant l'effort physique, pour prévenir une crise d'asthme.
- Certaines activités peuvent déclencher des crises d'asthme (par ex. : la course par temps humide, balades en haute montagne, etc.). Le médecin conseillera un traitement avec un échauffement progressif.
- Attention aux refroidissements après le sport ou à la sortie de la piscine.
- Évitez toujours de forcer un enfant asthmatique s'il se sent trop essoufflé pour continuer.
- À noter que, dans les gymnases, les activités déplacent souvent des poussières qui peuvent gêner l'enfant.
- **Très important** : il faut toujours avoir les médicaments près de l'enfant.

Dans une école témoin, en Belgique

Moyens appliqués afin d'améliorer l'espace **pour les enfants allergiques** :

- hygromètre disponible pour mesurer l'humidité dans les classes, les enfants le manipulent ;
- vieux coussins bannis ;
- choix de coussins lavables pour le coin lecture ;
- armoires fermés, étagère vitrées ;
- pas d'animaux dans l'enceinte de l'école mais des endroits « nature » à l'extérieur : nichoirs, mares à canards aux abords de l'école (écologique, didactique, expérience extérieur souhaitée,...) ;
- pas de plantes vertes, sources de moisissures ;
- tentures lavables, pas de stores ;
- des craies anti-poussières, pas de frotteur mais une éponge et de l'eau ;
- en maternelle, nettoyage régulier des couvertures, peluches, petits lits de sieste lavables ;
- matériel de bricolage écologique, non odorant (marqueurs, colle,...).

Source : « Les 'colles' des allergiques », co-production.

Que retenir

- Soyez attentif à l'état de l'enfant : toux, gêne respiratoire.
- Donnez les médicaments dès que vous remarquez que l'enfant en a besoin. Il ne faut pas négliger la maladie.
- Évitez les efforts qui provoquent des crises. Il faut reconnaître l'asthme d'effort.
- Il faut connaître et comprendre la maladie de l'enfant. Le PAI n'est pas un formulaire de plus, c'est un document indispensable qui garantit la sécurité de l'enfant, lui permettant d'accéder aux soins rapidement avant que la situation ne s'aggrave.
- Le dialogue est essentiel pour une intégration réussie de l'enfant. Ne pas oublier que les enfants allergiques ont une hypersensibilité, allergique et émotive, et qu'ils ressentent toute tension.
- Révisez le plan d'action. Familiarisez-vous avec la trousse d'urgence.
- Celle-ci devra être accessible au personnel, mais pas aux enfants, dans un endroit non fermé à clef, et isolée du reste du matériel, nourriture et autres.
- Informez les autres parents ainsi que les petits copains de la classe.
- Soyez à l'écoute de l'enfant.

Tabagisme passif

Bien évidemment, **il ne faut pas fumer** en présence d'un enfant asthmatique.

Lorsque toutes les précautions sont prises, que tout le personnel est bien informé, les risques de réaction allergique à l'école sont moindres !

La prise en charge de l'enfant allergique à l'école s'en trouvera améliorée, pour le bien-être et la sécurité de tous : enfants, parents et enseignants.

Merci à tous de votre collaboration active.
L'AFPRAL

Ce dépliant peut être photocopié/reproduit autant de fois que nécessaire, sous réserve de mentionner obligatoirement l'AFPRAL comme source.

Association Française pour la Prévention des Allergies

Association agréée par les usagés du système de santé
depuis 2009



Accueillir l'enfant allergique à l'école

ALLERGIES RESPIRATOIRES



Nos actions vous sont utiles ?
Rejoignez-nous !

www.afpral.fr
secretariat@afpral.fr

AFPRAL

4, place Louis Armand - Tour d'Horloge 75012 PARIS

Tél. : 01 70 23 28 14

Avant-propos

Vous vous apprêtez à accueillir un enfant souffrant d'allergies respiratoires. Ce document a pour but de vous aider à mieux comprendre la maladie et surtout à prévenir ses effets. L'allergie, bien que n'étant pas toujours maîtrisable, est plus ou moins contrôlable (à la différence d'autres maladies). Il suffit de limiter, dans la mesure du possible, tout contact avec l'allergène en cause.

Qu'est-ce que l'allergie ?

L'allergie est une réaction exagérée du système immunitaire à un élément de l'environnement habituellement inoffensif. Soyons clairs : l'allergie n'est pas une maladie imaginaire, c'est une anomalie du système immunitaire ! Il ne faut jamais oublier que le diagnostic est posé par un médecin, diagnostic à ne pas remettre en cause, pas plus que les consignes répertoriées.

Les allergies respiratoires

Les symptômes les plus courants sont **la rhinite et l'asthme**. 80 % des asthmes sont d'origine allergique. L'asthme est une vraie maladie et non une réaction émotionnelle.

Bien préparer une rentrée réussie

Les parents reçoivent la consigne de rencontrer l'équipe enseignante lors de la rentrée scolaire (et même si possible, avant la rentrée) et de refaire un point régulièrement ou lors de modifications de l'allergie de l'enfant. L'enfant continue à être sous la responsabilité des parents, même pendant le temps scolaire, et c'est de leur responsabilité de s'assurer que tout est mis en œuvre pour assurer la sécurité de leur enfant.

Le Projet d'Accueil Individualisé (PAI) n'est pas un formulaire de plus. Proposez un rendez-vous aux parents afin de parcourir le PAI avec eux, une fois complété (s'il ne l'était pas lors de votre première rencontre).

Révisez le plan d'action ensemble. Familiarisez-vous avec la trousse d'urgence : faites une simulation de l'utilisation de la chambre d'inhalation avec le broncho-dilatateur (Ventoline), du stylo auto-injecteur d'adrénaline s'il est dans la trousse d'urgence (avec un simulateur).

Indiquez-leur où se trouvera la trousse d'urgence. Elle devra être accessible au personnel, mais hors de portée des enfants, dans un endroit non fermé à clef, et isolée du reste du matériel, nourriture et autres.

Endroits les plus souvent utilisés : tiroir non fermé du bureau de la maîtresse, bureau de la directrice, armoire à pharmacie de l'école, étagère en hauteur, le tout dans un sac facilement transportable, avec une étiquette indiquant les nom, prénom et classe de l'enfant.

Parcourez avec les parents le déroulement d'une journée classique, afin de déceler d'éventuelles situations à risque.

Demandez aux parents les situations qu'ils considèrent à risque. Vous pouvez rédiger ensemble une fiche récapitulative, bien utile pour se rafraîchir la mémoire et facile à transmettre aux autres intervenants.

Convenez d'informer les parents dans les meilleurs délais sur les situations à risque afin qu'ils puissent s'organiser. Soyez réactif avec eux, ils vous en seront très reconnaissants.

Lors de la réunion d'information de rentrée, pensez à évoquer la présence d'un enfant allergique dans la classe et les précautions nécessaires.

Nous avons évoqué ici principalement des situations liées aux allergies respiratoires. Pour les allergies alimentaires, voir le guide de l'AFPRAL : « **Accueillir l'enfant allergique à l'école - ALLERGIES ALIMENTAIRES** ».

Les allergies et le rendement scolaire

On l'oublie souvent, les enfants sont plus nerveux, plus agités lors des « crises ». En effet, comment se concentrer quand on a qu'une envie : se gratter lors d'une poussée d'eczéma ? Ou quand on n'arrive pas à bien respirer depuis une semaine, en cas de rhinite allergique ? Signalez aux parents tout changement ou symptôme dans le comportement de l'enfant : il se gratte souvent derrière les genoux, son nez coule depuis un moment, il tousse toujours lors de la sieste, etc. afin de prendre les mesures nécessaires pour soulager l'enfant (prise d'antihistaminiques ou autres).

GÉRER LES SITUATIONS À RISQUES

En classe

- Bien ventiler les salles de classe, même en hiver.
- Un enfant allergique aux acariens, ou à certains animaux, ne devrait pas être en contact avec un petit animal d'élevage (hamster, lapin, gerbille, etc.). Il ne s'agit pas seulement du contact manuel. En effet, les poussières des cages s'envolent dans l'air de la classe et peuvent être très irritantes.
- Pour les classes de maternelles, il est à noter que les tapis non lavables sont source d'acariens. Préférez les revêtements lavables.
- Dans les salles de classe, placez l'enfant loin des rideaux.
- L'enfant éternue toujours quand il est à sa place ? Son voisin de classe possède peut-être un chat ou un chien... Souvent, les allergènes sont présents sur les vêtements, sur les mains. La plupart du temps, ces contacts entraînent une réaction de la peau (eczéma, urticaire) mais, chez les asthmatiques, les conséquences peuvent être plus graves.

Au cours de l'année

- Insistez sur le lavage des mains.
- Apprenez aux autres enfants à reconnaître les difficultés de leur petit camarade, et la marche à suivre face à une crise ainsi que les difficultés et précautions liées aux allergies.
- Tout le corps enseignant doit connaître l'enfant allergique, savoir où se trouve la trousse d'urgence et savoir l'utiliser. Le PAI, avec photo, doit être bien visible des adultes. En cas d'absence, le remplaçant en aura connaissance tout de suite.
- Écoutez l'enfant. En effet, les enfants allergiques apprennent assez vite à se prendre en charge. Ils vous diront (avec leurs mots) s'ils ne vont pas bien.
- Comment déceler une crise d'asthme? se placer derrière l'enfant et coller son oreille contre son dos, en lui demandant de respirer par la bouche. Si vous entendez un sifflement, l'enfant a une crise.

Lors des sorties

- Dans les cours avec espaces verts, méfiez-vous, au printemps, des allergies aux graminées (« mauvaises herbes ») ou aux pollens d'arbres, surtout par temps venteux.
- N'oubliez pas de toujours emmener la trousse d'urgence lors des sorties.