

- N'oubliez pas de toujours emmener la trousse d'urgence lors des sorties.

### Cours d'éducation physique

Se conformer aux dispositions du PAI. Il est rare qu'un enfant soit exclu des cours d'eps, il a été prouvé que le sport est bénéfique pour les asthmatiques. 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.
- Évitez 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.

### Bonnes pratiques afin d'améliorer l'environnement :

- 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,...).

### 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.
- Réviser 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.

Le dialogue est essentiel. Lorsque toutes les précautions sont prises, que tout le personnel est bien informé, les risques de réaction allergique à l'école sont moindres ! L'enfant peut alors être accueilli de façon bienveillante et sécuritaire.

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.

Pour en savoir plus :

[www.afpral.fr](http://www.afpral.fr)



ASSOCIATION FRANÇAISE  
POUR LA PRÉVENTION  
DES ALLERGIES

# Accueillir l'enfant allergique à l'école

## Allergies respiratoires



Nos actions vous sont utiles ?  
Rejoignez-nous !

[www.afpral.fr](http://www.afpral.fr)  
[secretariat@afpral.fr](mailto:secretariat@afpral.fr)

**AFPRAL**

4, Place Louis Armand - Tour de l'Horloge  
75012 PARIS  
Tél. : +33 (0) 1 70 23 28 14

Reconnue association d'usagers du système de santé  
par le Ministère de la Santé depuis 2009

## Avant-propos

Vous vous apprêtez à accueillir un enfant souffrant d'allergies respiratoires. Pas de panique. L'allergie, même si elle n'est pas toujours maîtrisable, est tout à fait contrôlable. Il faut limiter 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 catégoriques : les allergies ne sont pas dans la tête, mais dans le système immunitaire ! Ce diagnostic est posé par un médecin allergologue qui explique dans le PAI les conditions d'admission en collectivité et le protocole d'urgence s'il y a lieu.

## 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. Les réactions émotionnelles sont des facteurs aggravants mais pas la cause.

## Bien préparer une rentrée réussie

- L'équipe enseignante rencontrera les parents à la rentrée, mais il est préférable, si possible, d'anticiper en juin de l'année précédente. Il est utile de faire un point annuel ou lors de modifications de l'allergie de l'enfant.

## Le PAI

- Depuis février 2021, un nouveau PAI est en place : circulaire du 10-2-2021 MENJS - DGESCO C2-CT. Le projet d'accueil individualisé (PAI) est demandé par les parents. Un rendez-vous pour bien comprendre le PAI et le contenu de la trousse d'urgence est organisé.
- Réviser 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) et du stylo auto-injecteur

d'adrénaline s'il est dans la trousse d'urgence.

- Indiquez aux parents 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.
- Vous pouvez rédiger ensemble une fiche récapitulative, bien utile pour se rafraîchir la mémoire et facile à transmettre aux autres intervenants.
- Informer les parents dans les meilleurs délais sur les sorties, activités... afin de maintenir l'accueil bienveillant et sécuritaire de l'enfant.
- Lors de la réunion d'information de rentrée, pensez à évoquer la présence d'un enfant allergique dans la classe et les précautions nécessaires.

Pour les allergies alimentaires, voir le flyer 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 à informer un adulte.
- 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.

### 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.