Allergies alimentaires : BEP

Présentation

On entend par allergie alimentaire, les symptômes anormaux déclenchés par l'ingestion d'un aliment. Chez l'enfant allergique, ces manifestations peuvent aussi survenir après un contact cutané ou à l'inhalation d'un aliment.
Elles se produisent lorsqu'un individu (allergique) réagit au contact d'une substance (allergène) qui sensibilise son organisme et provoque diverses manifestations : une urticaire, un eczéma, des troubles digestifs, de l'asthme, plus rarement une réaction généralisée constituant une situation d'urgence (« choc allergique ») (voir fiche médicale).

BEP (Besoins Éducatifs Particuliers)

Les répercussions des maladies sur la scolarisation peuvent entraîner des besoins éducatifs particuliers (BEP). Pour l'école, il s'agit en premier lieu de favoriser au mieux l'accès aux apprentissages pour tous, en mettant en œuvre des pratiques bénéfiques aux élèves quels qu'ils soient, malades ou non (Voir les fiches de la rubrique jaune "Rendre l'école accessible"). Mais concernant certains jeunes malades, des aménagements spécifiques doivent être mis en place concernant la vie scolaire et/ou les temps de classe.

Conséquences des allergies alimentaires sur la vie quotidienne et la vie scolaire

La liste des allergènes alimentaires est longue et concerne les aliments d'origine naturelle ainsi que certains des additifs utilisés dans l'industrie agroalimentaire. Chez l'enfant, l'œuf est le premier allergène par ordre de fréquence. Viennent ensuite l'arachide, le lait et le poisson. Comme on peut le constater, il s'agit d'ingrédients fréquemment rencontrés. Ce fait, conjugué aux troubles que les allergies occasionnent, à l'imprécision de certains étiquetages des ingrédients entrant dans la composition des produits, à l'anxiété qui peut en résulter, entraîne fréquemment une dégradation de la qualité de vie des jeunes souffrant d'allergie(s). Leur scolarisation peut être gênée, en particulier dans les aspects de socialisation, notamment lors des repas traditionnellement considérés comme des moments de partage et de convivialité. Le jeune, souffrant d'allergie(s) et devant exclure certains mets, peut se sentir stigmatisé parce que différent de ses pairs.
Si les signes de l'allergie ne sont pas visibles en permanence, son problème peut être minoré à tort. Dans le cas contraire (ex : signes cutanés), l'enfant ou l'adolescent malade peut parfois ressentir un sentiment d'exclusion et manifester alors un comportement de retrait ou d'agressivité.
Un prurit (démangeaisons), une insomnie, une gêne respiratoire peuvent induire de la fatigue, de la fatigabilité, une somnolence, des difficultés d'attention et de concentration, de l'absentéisme...

Prévention et conduite à tenir en cas de réaction allergique : Suivre un régime d'éviction de l'aliment ou des aliments responsables de l'allergie est le seul traitement efficace. Cela nécessite une motivation importante chez le jeune et sa famille et une information précise. Malgré les précautions qui peuvent être mises en œuvre, l'exposition accidentelle à un allergène masqué n'est jamais totalement exclue. Une réaction allergique peut être déclenchée lors d'un contact avec une dose minime d'allergène et l'intensité de la réaction n'est pas proportionnelle à la quantité d'allergène rencontrée.
C'est pourquoi une information à destination de l'ensemble des adultes de la communauté scolaire et une vigilance de leur part sont essentielles, concernant les évictions alimentaires nécessaires et la conduite à tenir en cas d'accident allergique. Ne pas oublier un dispositif de relais de l'information en cas d'absence du personnel habituel. Les informations nécessaires à la sécurité de l'élève doivent être mises à la connaissance de l'ensemble des personnels intervenant auprès de lui, dans le respect du secret médical protégeant la vie privée de chacun.

L'élaboration d'un Projet d'Accueil individualisé (PAI) est nécessaire. Il permet de répondre de façon personnalisée et précise à l'ensemble des situations potentielles et constitue un outil de référence pour l'accueil des élèves présentant une allergie alimentaire. Il concerne différents points :
- Les modalités d'accueil à la cantine doivent être organisées selon un protocole précis. De plus, il s'agit d'être vigilant pour les échanges de nourriture ou d'ustensiles soient évités et que les tables soient nettoyées soigneusement.
- La possibilité et l'organisation d'une prise de médicaments à l'école par voie orale, inhalée ou en auto-injection (stockage, accessibilité).
- La description des signes d'alerte, des mesures à prendre, des services médicaux à contacter, des éléments d'information à fournir aux médecins, en cas de contact avec un allergène.

Voir sur Eduscol La scolarisation des élèves malades : la fiche spécifique Conduite à tenir n°2 et le document de liaison concernant l'asthme.

Aménagements spécifiques

Récréations, sorties et transports scolaires
La question des prises de nourriture et des repas doit être toujours envisagée et anticipée. Faire suivre la trousse d'urgence, respecter les règles de prévention quant à la consommation des aliments. Être vigilant quant à la prise de nourriture lors des récréations ainsi que lors des voyages en bus ou en train. Anticiper pour connaître et contacter les services médicaux sur les lieux du déplacement ou du séjour.

Activités d'arts plastiques
Pour certains enfants, une attention particulière doit être portée à la manipulation de certains matériaux qui peuvent être : fruits à coque, cacahuètes (arachide), pâte à modeler, pâte à sel... (Se référer au PAI).

Éducation à la santé
L'éducation à la santé qui s'appuie sur différentes disciplines et différents domaines de compétences revêt une importance particulière pour les jeunes souffrant d'allergies alimentaires et permet la mise en œuvre de situations d'apprentissage et d'activités bénéfiques pour l'ensemble des élèves. Peuvent être intéressantes dans cette optique : la connaissance des aliments (origine, composition, fabrication,

stockage...) étudiée en Sciences de la Vie et de la Terre, en technologie, l'étude de l'étiquetage des produits alimentaires ; la mise en place de dispositifs d'auto-évaluation des apprentissages ; la mise en œuvre de projets d'expression artistique et/ou littéraire permettant de développer des compétences psychosociales. Selon le texte réglementaire cité, il s'agit notamment pour les élèves d'affirmer leur identité, d'évaluer leurs possibilités et leurs limites ; de savoir exprimer leurs émotions et leurs sentiments ; d'être capables de demander de l'aide à bon escient ; de manifester leur esprit critique pour résister à la pression des autres.

Le parcours éducatif de santé

De la maternelle au lycée, le parcours éducatif de santé permet de structurer la présentation des dispositifs qui concernent à la fois la protection de la santé des élèves, les activités éducatives liées à la prévention des conduites à risques et les activités pédagogiques mises en place dans les enseignements en référence aux programmes scolaires.

La mise en œuvre du parcours éducatif de santé (PES) est détaillée dans la circulaire n° 2016-008 du 28 janvier 2016.

Le parcours éducatif de santé se structure autour de trois axes :

- l'éducation à la santé, fondée sur le développement des compétences psychosociales en lien avec le socle commun de connaissances, de compétences et de culture ;
- la prévention : conduites à risques, conduites addictives, etc. ;
- la protection de la santé : environnement favorable à la santé et au bien-être.

Axe premier du parcours, **l'éducation à la santé**, en lien avec le socle commun de connaissances, de compétences et de culture (domaine 3 - la formation de la personne et du citoyen) et le développement des compétences disciplinaires dans le cadre des programmes d'enseignement et des enseignements pratiques interdisciplinaires (EPI), propose des activités intégrant l'alimentation, l'hygiène, les rythmes de vie, la prévention des addictions, la sécurité, etc. Dès lors, il importe de **travailler sur la question des acquisitions dans le cadre des enseignements** et inviter à se pencher sur les activités faites dans la classe, le PES ne devant pas reposer sur des actions éducatives faites uniquement par les personnels de santé ou des partenaires.

Les actions éducatives peuvent reprendre les priorités définies dans la circulaire n°2011-216 du 02 décembre 2011, notamment :

- faire acquérir aux élèves des bonnes habitudes d'hygiène de vie ;
- généraliser la mise en œuvre de l'éducation nutritionnelle et promouvoir les activités physiques (intégrant la prévention du surpoids et de l'obésité)
- repérer les signes d'alerte témoignant du mal-être et organiser le cas échéant la prise en charge des élèves repérés, notamment des victimes ou des auteurs de harcèlement.

Voir aussi Le parcours éducatif de santé sur le site Eduscol.

Éléments favorisant le projet scolaire

En classe, il faut veiller à adapter le rythme des activités afin de tenir compte d'une éventuelle fatigue et mettre en place des dispositifs facilitant le rattrapage scolaire pour l'élève en cas d'absence (correspondant, photocopies des cours, etc.) En outre, il est utile de proposer à l'élève souffrant d'allergies, de nombreux centres d'intérêt dans le cadre de la vie scolaire, lui permettant de se décentrer par rapport à sa maladie et d'enrichir son univers cognitif et imaginaire. En effet, il arrive que l'enfant soit confiné dans sa famille : il va peu ou pas chez des camarades, par crainte que les parents de ceux-ci n'aient pas bien compris la nécessité des précautions alimentaires. Parfois la famille dans son ensemble restreint ses sorties : elle ne se rend pas volontiers au restaurant, ou chez des amis, ni même dans la famille proche, si elle n'est pas sûre de contrôler le régime.
La communauté scolaire devra donc être à l'écoute des parents pour assurer un accompagnement de qualité, permettant d'instaurer un climat de confiance mutuel, gage d'une scolarité réussie pour l'élève. Il n'est pas rare que des mères d'enfants présentant des allergies alimentaires en viennent à abandonner leur activité professionnelle, suite à la maladie du jeune : soit aucun système de garde n'accepte la contrainte de l'éviction alimentaire ; soit la famille ne trouve aucune tierce personne en qui elle a confiance.
Certains enfants ont beaucoup de mal à comprendre ou à éviter les dangers présentés par les aliments : ils acceptent et ont envie de goûter tout ce qui leur est présenté. Cette imprudence peut exister même en dehors de l'adolescence. Cependant, la plupart des enfants concernés comprennent très tôt le risque vital

potentiel lié à la nourriture et font preuve de prudence. Ils sont parfois même anxieux au moindre trouble digestif, se demandant s'ils ont transgressé l'éviction. L'adolescence a toutefois sa singularité. L'inscription dans un groupe de pairs et la nécessité de prendre en compte sa différence ne semblent pas toujours facilement compatibles. On peut observer durant ces années sensibles un certain nombre de difficultés et de réactions face à la pathologie.
Si le jeune le souhaite et avec l'accord de la famille, il peut être bénéfique que les camarades soient au courant de ses troubles de santé. Cela peut prendre la forme d'un exposé fait par l'élève lui-même, par un de ses parents, ou éventuellement une présentation générale par un professionnel de santé (médecin, infirmière scolaire...). Une information dans le cadre des cours de biologie peut également s'envisager et être utile à une meilleure compréhension de la maladie ; l'enseignant veillera alors à rester dans son champ professionnel en renvoyant l'élève vers son médecin pour les interrogations concernant les aspects médicaux. La solidarité et le dialogue avec les pairs peuvent aider à surmonter les contraintes liées à la pathologie et contribuer à aplanir le sentiment de différence trop souvent mal vécu. Les camarades ainsi avertis des dangers encourus en cas de réaction allergique sévère pourront alerter les secours si nécessaire, notamment lors des déplacements du domicile vers le lieu d'enseignement.

Récapitulatif des mesures à prendre

- Connaître et diffuser les informations nécessaires à la sécurité de l'élève dans le respect du secret professionnel, en se conformant aux préconisations du PAI.
- Aménager les conditions de prises de nourriture à l'école et être vigilant lors de l'ensemble des activités (récréations, arts plastiques, sorties...).
- Favoriser l'éducation à la santé et les activités d'expression chez l'élève dans le cadre du parcours éducatif de santé.

Pour avoir des pistes pédagogiques plus détaillées, voir la rubrique jaune.

Pour travailler en partenariat, voir la rubrique rouge.

Pour connaître le point de vue des personnes concernées, voir la rubrique verte : témoignages ou associations.

Pour voir d'autres documents complémentaires, cliquer sur les liens ci-dessous.

S'informer sur les maladies et leurs conséquences

Allergie alimentaire
Asthme : BEP

Rendre l'école accessible

Sorties scolaires : le déroulement
Sorties scolaires : la préparation
Récréations
Aspects invisibles de la maladie
Relations avec les pairs
Education à la santé
Emotions
Sommeil
Projets pédagogiques
Projet d'orientation
Recherche de stage
Valorisation des élèves
Activités scientifiques
Vocabulaire scientifique sur le vivant
BIBLIOGRAPHIE : Scolarisation des élèves malades

Associations

Association française pour la prévention des allergies (AFPRAL)

Travailler ensemble

Projet d'Accueil Individualisé (PAI)
Injections à l'école

Liens

Recettes, idées d'activités et astuces pour manger mieux et bouger plus petit à petit sur le site Manger Bouger

La restauration scolaire sur le site Ministère de l'Éducation nationale

AFPRAL (Association Française pour la Prévention des Allergies)

Le Guide ABC pour accueillir l'enfant allergique à l'école (payant): sur le site de l'AFPRAL

Glossaire

Allergie

Réaction anormale, excessive et inadaptée du système immunitaire d'un organisme suite à un contact (à travers la peau ou les muqueuses, par inhalation, ingestion ou infection) avec une substance étrangère.

Anticorps

Protéine fabriquée par certaines cellules du système immunitaire (les lymphocytes), capable d'aller se fixer sur une molécule précise pour la neutraliser et former avec elle un complexe qui sera détruit par les cellules de l'immunité.

Bronchodilatateur

Groupe de médicaments dont l'action augmente le calibre des bronches. En effet, le diamètre des bronches est variable grâce à l'intervention de filets nerveux qui sont disposés dans l'épaisseur des muscles bronchiques.

Immunoglobuline IgE

Groupe particulier d'anticorps spécifiquement impliqué dans les réactions allergiques.

Injection

Latin : *injicere* = lancer.
Administration d'un médicament à travers la peau, à l'aide d'une seringue (ou un stylo) et d'une aiguille.

Projet d'accueil individualisé (PAI)

Projet contracté entre la famille et l'école d'accueil, avec l'aide du médecin scolaire ou du médecin de PMI pour les enfants de moins de trois ans, chaque fois que l'état de santé d'un élève nécessite un aménagement significatif de son accueil à l'école ordinaire, mais n'engage pas des dispositifs spécialisés devant être validés par la MDPH (Maison Départementale des Personnes Handicapées) (voir fiche spécifique).

Protéine

Grec : *prôtos* = premier.
Molécule composée d'un enchaînement d'acides aminés. Les protéines remplissent différentes fonctions dans la cellule, notamment des fonctions de structure et des fonctions enzymatiques.

Enquête et partage

Enquête
Enquête de satisfaction et d'audience
Partage
Envoyer par mail

Tous à l'école