



GUIA PER A L'ESCOLA



Govern d'Andorra

Ministeri de Salut, Benestar i Treball
Secretaria d'Estat de Salut i Treball

Ministeri d'Educació i Cultura
Secretaria d'Estat d'Educació

Coordinació general:

Direcció de Salut Pública

Redacció:

Imma Tort Sisquella
Dolors Altimir Blanch

Amb el suport de:

Immunitas Vera, Associació d'al·lèrgics alimentaris i al làtex de Catalunya.

Associació d'al·lèrgics i intolerants d'Andorra

Dr. Santiago Nevot Falcó
Dr. Agustín Sansosti
Servei d'al·lèrgologia - Hospital Nostra Senyora de Meritxell. Andorra

Maquetació:

Gemma Rabassa Reguant
Paula Dos Santos Bento

Revisió desembre 2011



SERVEI DE SALUT ESCOLAR

INDEX

1. Justificació

2. Introducció

- 2.1. Què és una al·lèrgia?
- 2.2. Què és un al·lergen?
- 2.3. Tipus d'al·lèrgens

3. L'al·lèrgia alimentària

- 3.1. La intolerància alimentària
- 3.2. Síntomes d'una reacció al·lèrgica

4. Al·lèrgies i intoleràncies a l'escola

- 4.1. Marc conceptual
- 4.2. Mesures de prevenció
 - 4.2.1. Informació al centre escolar
 - 4.2.2. Mesures de prevenció: a l'aula i al menjador escolar
 - 4.2.3. Administració de la medicació

5. Drets i deures de les parts implicades

- 5.1. Responsabilitat del nen
- 5.2. Responsabilitat dels pares
- 5.3. Responsabilitat de l'escola

6. Com actuar davant una reacció al·lèrgica

7. Bibliografia

8. Annexos

1. JUSTIFICACIÓ

En els últims anys les reaccions al·lèrgiques han augmentat en freqüència i afecten totes les edats, però sovint apareixen i es pateixen en l'edat escolar, tant les al·lèrgies alimentàries, com la dermatitis atòpica, l'asma o la rinitis al·lèrgica.

L'al·lèrgia afecta a infants que han de conviure i saber reaccionar davant d'aquest problema de salut. Cal també entendre que la gestió d'aquesta malaltia inclou la família, i el personal que en té cura en les activitats habituals d'un infant, com l'escola i el lleure.

Aquest augment de casos entre infants en edat escolar justifica l'elaboració d'una guia per a les escoles per tal d'ajudar al personal docent i no docent en qualsevol situació de reacció al·lèrgica que pugui sorgir en aquest àmbit, així com en la prevenció d'aquestes situacions.

Si acceptem que la prevenció és la clau per a controlar la majoria de malalties i que no sempre és possible realitzar una **prevenció primària o profilaxi** (evitar el desenvolupament de la malaltia al·lèrgica), llavors **la prevenció terciària** (evitar els símptomes per la ingestió d'aliments als quals ja s'ha desenvolupat al·lèrgia) resulta més important en el dia a dia del nen i del seu entorn. (1)

2. INTRODUCCIÓ

2.1. Què és una al·lèrgia alimentària

Quan parlem d'al·lèrgia, ens referim a una resposta inadequada que té el seu origen en el sistema immunitari d'algunes persones, que reacciona davant certes substàncies que son inofensives per a la resta de persones. Aquesta resposta pot ser per ingestió, inhalació, contacte o inoculació.

En el sistema immunitari hi ha diverses proteïnes anomenades anticossos, de les quals se'n diferencien 5 tipus, i compleixen una funció de defensa en front a agressions externes. Una d'elles, anomenada IgE, es la que intervé en las reaccions al·lèrgiques i fa que determinades cèl·lules del cos alliberin substàncies químiques, una de les quals és la histamina. La histamina actua als ulls, al nas, als pulmons, al tub digestiu, entre d'altres, i provoca els símptomes d'una reacció al·lèrgica. El proper cop que el cos entri en contacte amb l'al·lèrgen sigui per ingestió, contacte o inhalació es tornarà a desencadenar aquesta batalla del sistema immunitari, i es produirà la reacció al·lèrgica. (2, 3)

La gravetat dels quadres és molt sovint variable, des d'un malestar lleuger fins a reaccions greus, potencialment mortals.

2.2. Què es un al·lergen

Un al·lergen és una substància que pot desencadenar una reacció d'hipersensibilitat en l'organisme en una persona genèticament predisposada, però que no ho és necessàriament per si mateixa. De fet moltes persones les toleren sense problemes.

2.3. Tipus d'al·lèrgens

Hi ha diversos tipus d'al·lèrgens:

Aeris: pol·lens, gramínies, arbres, espores de fongs, pèl d'animals, àcars

Verins d'insectes: abelles, vespes

Aliments: llet, ou, peix, fruites seques, llegums, cereals, algunes fruites

Additius: conservants, colorants, antioxidants

Làtex: guants, xumets, globus

Medicaments: antibiòtics, antiinflamatoris

(1)

AL·LÈRGENS	VIA ENTRADA	PREVALENÇA
Aliments: ou, llet, peix, fruites seques...	Contacte, ingesta, inhalació	0,3% a 7,5% població infantil (3,26% dades del SSE)
Additius: conservants, colorants, antioxidants...	Contacte, ingesta, inhalació	Extremadament baix
Làtex: guants, xumets, globus...	Contacte, inhalació	1% de la població general
Verins d'insectes: abelles, vespes...	Inoculació	15% a 25 % de la població general
Aeris: pol·len, espores de fongs, escames, pèl d'animals, àcars...	Inhalació, contacte	15% a 25 % de la població general
Medicaments: Antibiòtics Antiinflamatoris	Contacte, ingesta	5% a 15 % de la població general

3. L'AL·LÈRGIA ALIMENTÀRIA

Els aliments són substàncies amb una gran capacitat de provocar una resposta del sistema immunològic. Les persones al·lèrgiques no toleren la presència de l'aliment responsable a la seva dieta.

Si bé un 15% de la població general creu ser al·lèrgica, els estudis realitzats suggereixen una prevalença del 1,5 -2% en la població adulta. (4)

Els al·lèrgens alimentaris principals són:

- ou (albúmina), i productes derivats dels ous
- llet de vaca i productes làctics
- peix i crustacis
- fruites seques (nous i altres)
- lleguminoses (llenties, mongetes, cigrons, cacauets...)
- algunes fruites (maduixes, préssec, kiwi...)
- hortalisses (api i tomàquet)
- blat i altres cereals

3.1. Què és una intolerància alimentària?

Quan parlem d'intolerància alimentària ens referim a una resposta anormal a un aliment que succeeix en alguns individus en que no s'ha demostrat cap mecanisme immunològic. La intolerància pot tenir una base metabòlica relacionada amb un dèficit d'enzims involucrats en el metabolisme d'un aliment o pot ser indeterminada, en la qual els mecanismes no estan ben aclarits.

La malaltia celíaca és una reacció adversa amb una base immunològica, diferent de l'al·lèrgia alimentària. Els celíacs reaccionen amb la ingesta del gluten, proteïna present al blat, a la civada, a l'ordi, al sègol, i a l'espelta.

La majoria d'intoleràncies causen manifestacions menys greus que les al·lèrgies, i sovint les persones afectades poden tolerar una petita presència de l'aliment en la seva dieta.

3.2. Síntomes d'una reacció al·lèrgica

Els símptomes poden aparèixer en segons, o poques hores després de la ingestió, el contacte o la inhalació de l'al·lergen, però la majoria es produeixen durant la primera hora. Aquests símptomes poden anar des de **símptomes lleus, fins arribar a posar en perill la vida**, la gravetat depèn de la quantitat ingerida d'al·lergen, la sensibilitat de la persona, i la via d'administració.

- Síntomes cutanis: pruija, envermelliment de la pell, urticària, inflamació de llavis i parpelles.
- Síntomes digestius: pruija oral, nàusees, vòmits, dolors abdominals, i diarrea.
- Síntomes respiratoris: rinitis aguda, edema de glotis, broncospasme.
- Síntomes cardiovasculars: hipotensió, disminució de la consciència i arítmies.
- En casos greus es manifesten símptomes que afecten diferents sistemes (digestiu, cutani...) alhora, aquesta reacció s'anomena anafilaxi.
- Síntomes oculars: conjuntivitis.

SI UNA REACCIÓ ANAFILÀCTICA GREU NO ES TRACTA DE MANERA URGENT POT PORTAR A LA MORT, I SEMPRE NECESSITA ATENCIÓ URGENT I TRACTAMENT!! (1)

4. AL·LÈRGIES I INTOLERÀNCIES A L'ESCOLA

4.1. Marc conceptual

Fomentar l'autonomia de l'Infant i educar en la prudència, no en la por.

L'escola té l'obligació de proporcionar als nens amb al·lèrgia un entorn segur, i no discriminatori.

4.2. Mesures de prevenció generals

Els programes d'educació sanitària per al·lèrgies i intoleràncies per al personal (docent o no) i per als mateixos alumnes, ha de tenir en compte un doble vessant. És bàsic poder saber com estalviar situacions de risc mitjançant una intervenció dietètica preventiva (evitant totes les situacions de risc) i com garantir una atenció ràpida i eficient davant d'una urgència d'aquestes característiques. (7)

4.2.2. Informació a l'escola: Requisits d'inscripció al centre

És responsabilitat dels pares notificar a l'escola si el seu fill pateix algun tipus d'al·lèrgia, especialment si corre el risc de fer alguna reacció anafilàctica, **notificació d'al·lèrgies/intoleràncies a l'escola (annex 2)**. (2)

- La direcció de l'escola durant l'entrevista d'inscripció de l'infant al centre ha de recollir tota la informació relativa a malalties.
- Quan es formalitza la inscripció és el moment de lliurar a l'escola un **informe mèdic (annex 1)** que detalli l'al·lèrgia que pateix i, especifiqui les possibles reaccions que pot patir el nen, si s'ha d'administrar adrenalina o altres fàrmacs o no, i les pautes que s'han de seguir a l'escola segons el tipus de reacció.

Si el nen ja va a l'escola quan es diagnostica, cal notificar-ho tant aviat com es conegui el diagnòstic.

- Els pares han d'informar de les mesures de precaució que tenen a casa per evitar una possible reacció i proporcionar una llista d'aliments o material al qual el nen és al·lèrgic (cal establir una col·laboració pares-escola per compartir informació).
- En cas que el nen tingui el risc de fer una reacció anafilàctica, en base al certificat mèdic i la notificació dels pares, aquests conjuntament amb la Direcció del centre elaboren un **pla d'actuació personalitzat (annex 3)** (5), tenint en compte que cal una autorització escrita dels pares o els tutors per administrar la medicació en cas que el nen no pugui o no en sàpiga, i per traslladar-lo a urgències si cal. (6)

Aquesta autorització eximiria de tota responsabilitat a la persona que li administra la medicació i el centre escolar.

4.2.3. A l'aula

- Estratègies per evitar els al·lèrgens: no podem oblidar que l'única mesura de prevenció és evitar ingerir l'aliment, i és molt difícil quan és un aliment de consum habitual entre els altres nens. S'ha de minimitzar el risc evitant compartir aliments, sobretot a l'hora de l'esmorzar, evitar que hi hagi aliments a l'aula, o que surtin al pati amb envasos.
- Educar els nens sobre la importància de **NO** compartir.
- Extrepar les mesures de higiene tant personal, com de l'aula (rentar-se les mans abans i després dels àpats,...).
- A l'hora de celebrar festes a l'aula cal evitar exposicions a aliments al·lèrgens i modificar, si cal, l'enfocament de les festes a l'aula. En aquest punt cal un treball conjunt amb els pares per aconseguir acords sobre aliments segurs a l'hora de celebrar aniversaris o festes tradicionals a l'escola.
- Educar els companys en valors, actituds, respecte a les necessitats dels altres.
- Treballar amb el nen al·lèrgic l'autonomia i una alimentació sana.
- Mantenir sempre el protocol d'actuació d'emergència en un lloc visible i de fàcil accés per tothom.
- En cas d'al·lèrgies al làtex, cal evitar els globus en qualsevol tipus de festa, els barrets de piscina que no siguin de roba, i els guants de làtex.
- Pel que fa a les al·lèrgies a picades d'insectes cal vigilar especialment en les activitats fora de l'aula: pati, sortides, esports a l'aire lliure...

4.2.4. Al menjador escolar

L'alumne al·lèrgic i/o intolerant que tria el servei de menjador escolar, té les opcions següents:

- Portar el menjar de casa.
- Utilitzar el servei especialitzat de la cuina centralitzada (aquesta cuina elabora menús especials per a nens al·lèrgics i/o intolerants).

En cap cas un alumne al·lèrgic i/o intolerant podrà triar el menú habitual de la cuina de l'escola.

- És important identificar una persona responsable d'aquests infants al menjador i al pati. Aquesta persona que serà sempre la mateixa, servirà d'enllaç entre els pares (per recollir tota la informació: llistes d'aliments al·lèrgics, aliments segurs...) i la resta de personal del menjador.
- Els estris de cuina, han de ser individuals, quan així consti en el pla personalitzat.
- Els estris personals pel menjar (forquilles, ganivets...) han de ser individuals, quan així consti en el pla personalitzat.
- Cal insistir en la higiene a l'hora de manipular els aliments, per evitar el contacte amb aliments de risc.
- La persona responsable ha de saber com actuar en cada moment.
- En cas d'optar per portar el menjar de casa, s'ha de poder garantir la cadena de fred. Valorar que pugui disposar d'un microones només per casos concrets i sempre sota la supervisió d'una persona responsable.
- El protocol d'actuació d'emergència, i els telèfons de contacte han d'estar en un lloc visible i d'accés fàcil.

4.2.5. Administració de la medicació

Farmaciola individual: És responsabilitat de l'al·lèrgic decidir si el nen ha de tenir l'autoinjectable d'adrenalina i altres fàrmacs, en funció dels símptomes i de la gravetat del cas. La custòdia de la farmaciola individual ha de ser responsabilitat del propi nen en la seva motxilla o de la mestra si el nen té menys de 6 anys.

- **Instruccions d'ús de la injecció d'adrenalina**



Imatges cedides per Immunitas Vera

- El bolígraf d'adrenalina està pensat perquè l'utilitzin persones sense una formació mèdica o d'infermeria.
- A qualsevol edat, l'infant o l'adolescent pot ser incapaç d'autoadministrar-se el tractament. Si aquest és el cas una altra persona ha de fer-ho per ell immediatament. Esperar pot posar en perill la vida de l'estudiant.
- L'administració de l'adrenalina és segura, i no hi ha risc si es segueixen les pautes d'administració.

5. DRETS I DEURES DE LES PARTS IMPLICADES

5.1. Responsabilitat del nen

El principal implicat en tot aquest procés és el nen. Cal doncs parlar de la seva part de responsabilitat entenent, però, que sempre anirà lligada al seu creixement i maduresa. El nen al·lèrgic ha de ser proactiu en la seva autocura.

- El nen ha de ser el coneixedor principal del tipus d'al·lèrgia que pateix.
- El nen ha de saber que no pot compartir aliments dels quals no conegui la composició ni la procedència.
- El nen ha de conèixer els primers símptomes d'una reacció i les mesures que cal emprendre.
- La medicació ha de ser individual per a cada nen, és a dir, partim d'una farmaciola particular i no de les farmacioles de l'escola.
- El nen ha de conèixer la medicació que té prescrita, i la forma d'administració d'aquesta en moments de crisi.

5.2. Responsabilitats dels pares

Inclou l'educació dels fills pel que fa l'autocura de l'al·lèrgia alimentària. Han d'ensenyar el nen a:

- Reconèixer els aliments que li són perjudicials.
- Aplicar estratègies per evitar l'exposició a aquests aliments.
- Reconèixer els símptomes d'una reacció al·lèrgica.
- Com i quan ha d'avisar a l'adult que pot estar patint una reacció al·lèrgica.

És responsabilitat dels pares:

- Notificar a l'escola si el fill pateix algun tipus d'al·lèrgia, especialment si pateix risc de fer alguna reacció anafilàctica. Si el nen ja va a l'escola quan es diagnostica, cal fer-ho saber tant aviat com en coneguem el diagnòstic.
- Comprovar periòdicament la data de caducitat del bolígraf, i comprovar-ne l'emmagatzematge. (lloc accessible, evitar l'exposició al sol, no necessita ser refrigerat...).
- Col·laborar amb l'escola per preparar un pla d'actuació personalitzat pel seu fill. (2)

5.3. Responsabilitats de l'escola

- L'escola ha de vetllar pel bon compliment dels reglaments vigents per aquests tipus de casos.
- Les dificultats en la prevenció obliga l'escola a preveure i col·laborar en tot moment en l'elaboració d'un pla individual d'actuació.
- L'escola ha d'assegurar la identificació correcta del nen al·lèrgic en tots els àmbits de treball.
- L'escola ha d'identificar el personal responsable del nen.
- L'escola ha d'assegurar la formació del seu personal tant a nivell general per tot el personal, com a nivell més específic per a les persones responsables.
- L'escola ha de conèixer i fer conèixer els circuits d'emergència. (5, 6)

6. COM ACTUAR DAVANT UNA REACCIÓ

Davant una reacció lleu: (síntomes cutanis, gastrointestinals...)

Cal trucar als pares immediatament perquè prenguin les mesures oportunes.

Davant una reacció greu:

Cal alertar els serveis mèdics i, després trucar als pares.

Davant una reacció de més gravetat (reacció sistèmica):

Cal administrar adrenalina, trucar a l'ambulància i finalment avisar a la família. (1)

7. BIBLIOGRAFIA

- 1- Associació d'al·lèrgics alimentaris i al làtex de Catalunya. Inmunitas Vera. Al·lèrgies alimentaries i al làtex: Guia per l'escola. 3^a edició. 2005.
- 2- New South Wales. Department of education and training. Anaphilaxis: Guidelines for schools, 2006.
- 3- Alergia y escuela. Sociedad española de Inmunología clínica y alergia pediàtrica (SEICAP). 2009. (accés el 28/12/2009). Disponible a: http://www.seicap.es/alergia_escuela.asp.
- 4- Rosas MR. Alergia e intolerancia alimentaria: Clasificación, sintomatología, prevención y tratamiento. Offarm, Juliol-agost 2006; 25 (7): 52-59.
- 5- Bilbao Aburto A. Prevención de la anafilaxia en el ambito escolar. Bol. S Vasco-Nav Pediatr, 2007; (39): 35-37.
- 6- Muraro A, Roberts G, Clark A, Eigenmann PA, Halken S, Lack G, Moneret-Vautrin A, Niggemann B, Rancé F. EAACI Task force on anaphilaxis in children. The management of anaphilaxis in childhood: position paper of the european academy of allergology and clinical immunology. Allergy, 2007; 62: 857-871.
- 7- Alonso Lebrero E, Zapatero Remón L, Martínez Molero MI. Educación del paciente alérgico: prevención de riesgos y tratamiento. Protocolos de la AEP: Inmunología clínica y alergología, 2003. (8): 83-94.
- 8- Diccionari enciclopèdic de medicina. Enciclopèdia catalana. 2000. Disponible a: www.medic.cat/

WEB de REFERÈNCIA

- ✓ <http://www.alergiainfantillafe.org>
- ✓ <http://www.gencat.cat/salut/acsa/Du12/html/ca/dir1352/doc4024.html>
- ✓ <http://www.allergienet.com/traitement-reaction-anaphylactique-allergie-alimentaire.html#PlanAction>
- ✓ <http://scielo.isciii.es/scielo>.
- ✓ <http://www.allergyfacts.org.au/schools.html>
- ✓ <http://www.madrid.org>

ANNEX 1

Aquest document ha estat aprovat pel Col·legi de Metges d'Andorra, i és podrà obtenir al Servei de Tràmits del Govern.



Informe mèdic d'al·lèrgies/intoleràncies per l'escola

1. Dades del metge

Nom i cognoms:	Núm. de col·legiat:
Centre sanitari:	Telèfon:
Adreça electrònica:	Fax:

2. Dades del nen

Nom i cognoms:	Data de naixement:
Representant legal:	

El nen presenta al·lèrgia/intolerància a:

.....

.....

.....

El nen està diagnosticat d'asma:	<input type="checkbox"/> Sí	<input type="checkbox"/> No	
El nen ha patit en alguna ocasió una reacció anafilàctica greu:	<input type="checkbox"/> Sí	<input type="checkbox"/> No	
Prescripció d'adrenalina:	<input type="checkbox"/> Sí	<input type="checkbox"/> No	Dosis:
El nen necessita que es mantinguin separats els estris personals i de cuina:	<input type="checkbox"/> Sí	<input type="checkbox"/> No	

3. Medicació prescrita

.....

.....

.....

3. Data i signatura

_____, d _____ del _____

Signatura del metge

Nota: Aquest informe té una validesa d'1 any a partir de la seva data d'expedició

ANNEX 2

Aquest document és podrà obtenir al Servei de Tràmits del Govern.

Notificació d'al·lèrgies/intoleràncies a l'escola

1. Dades de l'alumne

Nom i cognoms:

Data de naixement:

Curs escolar:

Classe:

Nom del tutor/professor responsable:

Nom del pare/mare/tutor de l'alumne:

Telèfon de contacte:

Net

2. Dades de l'al·lèrgia/intolerància

Aliments: Ous Llet i derivats Fruïta seques Peix/marisc
 Fruïta Glúten Altres. Especificar:

Picada d'insectes

Medicaments. Especificar:

Úlcer

Altres. Especificar:

El net ha patit en alguna ocasió una reacció al·lèrgica greu: Sí No

3. Certifico

Jo, _____, pare/mare/tutor de l'alumne _____,

CERTIFICO

Que en cas de produir-se una reacció al·lèrgica greu o lleu que se li administri la medicació prescrita i sigui tractat a un centre hospitalari el més ràpidament possible,

Que em comprometo a vetllar per la reposició de la dita medicació, revisió de caducitat i emmagatzematge.

Que en cas d'al·lèrgia/intolerància alimentària em comprometo a portar el menjar de casa o utilitzar el servei especialitzat de la cuina centralitzada.

3. Data i signatura

_____, d _____ del _____

Signatura del pare/mare/tutor

ANNEX 3

PLA D'ACTUACIÓ PERSONALITZAT

Foto
35x40 mm



116

NOM I COGNOMS:
CLASSE:
PROFESSOR RESPONSABLE:

AL·LÈRGIC A:

ASMÀTIC: **SI**
NO

CONTACTEU AMB LA FAMÍLIA AL:

CONTACTE 1: NÚM. DE TELÈFON:
CONTACTE 2: NÚM. DE TELÈFON:
CONTACTE 3: NÚM. DE TELÈFON:

<p><u>MANIFESTACIONS RESPIRATÒRIES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • TOS • XIULETS • DIFICULTATS RESPIRATÒRIES <p>BRONCODILATADOR PAUTA:</p>	<p><u>MANIFESTACIONS CUTÀNIES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • EDEMES • PICORS • GRANETS <p>ANTIHISTÀMINICS PAUTA:</p>
---	--

<p><u>EMPIJORAMENT DELS SIGNES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • MALESTAR • OFEC • PÈRDUA DE CONEIXEMENT <p>TRUCAR AL 116</p>	<p><u>PAUTA D'ADMINISTRACIÓ DE L'ADRENALINA:</u></p>
--	---

EN CAS DE NO PODER LOCALITZAR LA FAMÍLIA, SI LA SITUACIÓ ÉS GREU, NO DUBTEU A ADMINISTRAR L'ADRENALINA

NO DEIXEU MAI EL NEN SOL

ANNEX 4

**CONDICIONS HIGIENICO-SANITÀRIES MÍNIMES QUE HAN DE COMPLIR
ELS MENJADORS ESCOLARS QUE GESTIONIN ALIMENTS PER A NENS
INTOLERANTS I/O AL·LÈRGICS ALS ALIMENTS.**

26 d'agost del 2009

ÀREA DE SEGURETAT ALIMENTÀRIA I ENTORN

Les manifestacions de les al·lèrgies i intoleràncies alimentàries poden arribar a afectar a la salut de molts nens, anant des d'una simple reacció lleu (envermelliment pell) a greus símptomes (shock anafilàctic). Es per aquest motiu que tant la família com l'entorn en el que es desenvolupa el nen, en especial els centres escolars, estiguin al corrent del que significa o implica la intolerància o l'al·lèrgia alimentària per tal d'evitar situacions de risc.

Entre els al·lèrgens més corrents podem trobar la llet de vaca, fruites, ous, crustacis, peix, blat de moro i altres cereals; es a dir, aliments que consumim habitualment i que, cas per cas, hem d'evitar de manera estricta en l'elaboració i servei d'aquests tipus d'àpats especials.

A través d'aquest document, dirigit fonamentalment al personal de cuina i ajudants de menjador, volem informar sobre pautes concretes i simples que permetin als professionals implicats treballar de manera fàcil i segura i amb coneixement dels riscos associats.

Es pretén donar a conèixer les pautes a seguir en l'elaboració i servei tant de menús especials transportats des d'una cuina central com de menús especials elaborats a la pròpia cuina del centre escolar.

1) MENJADORS AMB ELABORACIÓ IN SITU

1- Documentació que ha de constar a la cuina

La plantilla del menú especial haurà d'estar a disposició del centre i de la persona responsable amb la suficient antelació, així com a disposició del personal de cuina per al seu correcte seguiment.

El menjador escolar haurà de tenir visible i accessible tant pel personal de cuina com pel personal de menjador, la fitxa del nen degudament complimentada, l'informe del metge que inclourà el Pla d'actuació del nen en cas d'ingesta per error.

2- Condicions de compra de les matèries primeres

S'hauran d'homologar dins del Pla d'autocontrol els proveïdors de matèries primeres destinades a l'elaboració d'aquests tipus de menús.

Per certes intoleràncies o al·lèrgies en determinats productes serà recomanable demanar als proveïdors certificats per escrit que donin fe que determinats aliments no porten un determinat component.

També es poden sol·licitar al proveïdor certificats de garanteixin l'absència de contaminacions encreuades en les matèries primeres que serveix.

3- Emmagatzematge de la matèria primera

L'emmagatzematge s'ha de realitzar separat i protegit de la resta d'aliments, suficientment aïllat per tal d'evitar contaminacions creuades. Les matèries primeres hauran d'estar correctament identificades.

Aquestes precaucions s'adoptaran amb les matèries primeres emmagatzemades a temperatura ambient, amb fred positiu i amb fred negatiu.

4- Com s'ha d'elaborar el menú especial

S'hauran d'utilitzar estris de treball exclusius (paelles, ganivets, culleres, olles, etc), pels menús especials, identificats individualment per tipus de menú especial. Es poden utilitzar diferents colors per tal d'evitar problemes de contaminació creuada (traces d'aliments).

Es podran fer servir estris de treball no exclusius sempre que no s'utilitzin simultàniament per a diferents menús i hagin estat sotmesos anteriorment a una acurada i exhaustiva neteja i desinfecció que garanteixi la seva seguretat.

S'hauran de prendre precaucions per tal d'evitar contaminacions a través de les mans i robes de treball.

L'elaboració de menús especials s'haurà de realitzar en espais diferents o separat en el temps (en funció de les dimensions de la cuina).

Equipament i processos a tenir molt en compte:

- Fregidores: per segons quins tipus de menús especials (principalment celíacs) s'han d'utilitzar fregidores exclusives. Si això no fos possible s'utilitzaran paelles.
- Forn: es recomanable no coure al forn simultàniament dietes especials amb d'altres. En cas de no poder-se evitar els menús especials aniran dins les seves safates perfectament identificades i sempre a la part superior del forn deixant un espai intermig lliure.
- Refredament: en el cas de treballar amb plats elaborats amb antelació, cal assegurar el refredament a una temperatura de +8°C al centre del producte en menys de dues hores. En cas d'utilitzar abatidors de temperatura no es podrà realitzar el refredament simultàniament amb altres menús, a més, caldrà procedir a una correcta neteja i desinfecció entre els diferents menús especials.

En cas de realitzar el menú especial en el mateix espai de cuina que el menú per la resta de nens es recomana la seva realització a l'inici de la jornada, mantenint unes acurades normes d'higiene amb la finalitat d'evitar traces d'al·lèrgens. En cas de fer un menú especial al final de la jornada s'haurà tingut la precaució de realitzar una neteja i desinfecció abans de començar l'elaboració dels menús especials, assegurant l'eliminació de qualsevol traça d'aliment o d'al·lèrgen.

El menú especial estarà, durant tot el seu processat, identificat/etiquetat amb el tipus de menú i comensal.

5- Emmagatzematge del menú un cop acabat i servei

El menú un cop acabat es guardarà en termos i/o safates tancades, identificat correctament. L'etiqueta haurà d'incloure dades com el nom i cognoms del nen, denominació del plat, tipus de dieta especial, etc

Les temperatures d'emmagatzematge i servei seran de 0 a 8°C per als plats preparats de consum immediat refrigerat i superior o igual a +65°C per als plats preparats de consum immediat calents.

2) ESTABLIMENTS QUE ELABORIN MENÚS PER ALTRES MENJADORS

Hauran de complir amb tots els requisits establerts per als establiments que elaboren els menús in situ, exceptuant la necessitat de disposar del pla d'actuació en cas d'ingesta per error. També cal tenir en compte els següents punts:

1- Instal·lacions i equipaments

En aquest cas es recomana l'existència de línies separades i que no es comparteixi maquinària, ni equips, ni estris.

2- Materials i contenidors pel transport d'aliments

El transport d'aliments haurà de ser amb materials idonis (contenidors, recipients, envasos) i degudament autoritzats per a ús alimentari. Aquests contenidors s'hauran d'emmagatzemar de manera que estiguin protegits de qualsevol possible contaminació. Podran ser d'un sol ús o bé reutilitzables. En aquest darrer cas s'han de netejar i desinfectar acuradament després de cada ús i abans de reutilitzar-los.

S'han de transportar físicament separats de la resta de menús, assegurar la seva correcta identificació i el seu destinatari, així com la correcta conservació de les temperatures de conservació, ja siguin en calent o en fred.

3) ESTABLIMENTS QUE REBIN MENUS D'ALTRES ESTABLIMENTS

1- Com han d'arribar el menús

Els menús especials transportats han d'arribar en envasos individuals identificats i etiquetats amb el tipus de menú de manera que es mantingui en tot moment la traçabilitat.

A l'etiqueta s'hauran d'incloure dades com el nom i cognoms del nen, el nom del centre, el nom del plat, el tipus especial de dieta, el nom de l'empresa subministradora (donat el cas), la forma de conservació, la data de caducitat, etc...

2- Com s'ha de mantenir la traçabilitat del menú

S'ha de comprovar que el menú que s'ha rebut (primer, segon i postres) coincideixi amb el descrit a la plantilla de menú especial que ha d'estar a disposició del centre escolar i de la persona responsable del menjador.

Un cop comprovat s'haurà d'emmagatzemar sempre en una zona diferenciada/separada, identificada, (es podrà senyalitzar amb cartells indicatius) i coneguda pel personal.

3- Recepció, emmagatzematge, regeneració i servei en línia freda

S'ha de verificar que no hi ha hagut cap trencament de la cadena de fred durant el transport.

Un cop recepcionat el menú s'emmagatzemarà a la cambra de refrigeració, perfectament identificat i clarament separat de la resta d'aliments fins al moment del servei.

S'haurà d'escalfar el menú amb un equipament adequat (forns de convecció, armaris de regeneració, carros de regeneració, microones) que assegurí que l'aliment assoleix un mínim de +65°C en el centre. Es recomanable no escalfar simultàniament les dietes especials amb les altres dietes. En cas de no poder-ho evitar, els menús especials hauran d'estar tapats i ubicar-los en la part superior de l'equip en el moment de la regeneració per tal d'evitar contaminacions creuades.

4- Recepció, emmagatzematge, regeneració i servei en línia calenta

La temperatura de recepció en calent per als plats preparats de consum immediat haurà de ser superior o igual a +65°C.

S'haurà d'emmagatzemar el menú a la cuina o a l'office, perfectament identificat i suficientment separat de la resta dels aliments fins al moment del servei, (es podrà senyalar amb cartells indicatius). També haurà d'estar perfectament tapat per tal d'evitar possibles contaminacions i mantenir-lo a +65°C fins al moment del seu servei.

4) AJUDANTS DE MENJADOR

Si l'ajudant de menjador té algun dubte, NO HA DE DONAR MAI un aliment que no sàpiga que és segur.

No s'ha d'obligar a ingerir cap aliment que un nen al·lèrgic o intolerant rebutgi.

El nen s'ha de seure sempre en el mateix lloc i amb la vigilància de mateix ajudant de menjador. En cas de substitució del ajudant, el responsable de menjador haurà de posar al corrent al substitut de totes es mesures descrites en aquest document.

S'haurà de vigilar que el nen no accedeixi a menjar d'un altre company.

5) PRINCIPI D'AUTOCONTROL

D'acord amb els principis de responsabilitat, diligència i precaució, els responsables dels establiments estan obligats a aplicar sistemes permanents d'autocontrol. Aquests han de garantir la conformitat de les matèries primeres i dels productes finals a les normes sanitàries.

Els establiments en els que es manipulin productes susceptibles de provocar al·lèrgies i/o intoleràncies alimentaries, hauran de disposar d'un sistema d'autocontrol en el que es contempli la possible presència d'aquestes substàncies i les mesures correctores en cas d'aparèixer.

Dins el pla de formació continuada per als manipuladors d'aliments, lògicament caldrà que els manipuladors que intervinguin en qualsevol etapa de l'elaboració i servei d'aquests menús especials hagin rebut la formació adequada.

6) PLA D'ACTUACIÓ PER ELS CASOS D'INGESTA PER ERROR O REACCIÓ

L'escola haurà de tenir en un lloc visible i accessible pel personal de cuina i pel personal de menjador (ajudants, vigilants) la fitxa del comensal degudament complimentada, el certificat mèdic i el pla d'actuació específic del nen en cas d'ingesta per error.

El Centre disposarà d'un Pla d'actuació, emès pel metge que estigui tractant al nen, de tal forma que els professionals del Centre Escolar sàpiguen com actuar en cas d'ingesta o reacció, fins que el nen sigui atès per un metge. (veure en el protocol establert en les taules de diàleg, el punt 4, consideracions generals)

DOCUMENTS DE REFERÈNCIA - ANNEX 4

- Codi de pràctiques d'higiene per als aliments precuinats i cuinats utilitzats en els serveis de menjars per a col·lectivitats. CAC/RCP 39-1993.
- Reglament pel qual s'estableixen les condicions tècniques i higienicosanitàries per a les activitats de fabricació, elaboració, distribució, comercialització i servei de plats preparats. BOPA núm. 39-any 17-4.5.2005.
- OMS. Xarxa Internacional d'Autoritats en matèria d'innocuitat dels Aliments (INFOSAN). Nota informativa N° 3/2006 de 9 de juny de 2006. Al·lèrgies alimentàries.
- Informe del Comitè Científic de la AESAN sobre Al·lèrgies Alimentàries Número de referència: AESAN-2007-001 Document aprovat pel Comitè Científic en sessió plenària el 27 de febrer de 2007.
- Protocol d'actuació als centres escolars per als alumnes amb al·lèrgies i/o intoleràncies alimentàries (Andorra).
- Protocolo de actuación para la elaboración y servicio de menús especiales (alergias e intolerancias) en comedores escolares del departamento de educación del Gobierno Vasco. Departamento de educación, universidades e investigación. Delegación territorial de Vizcaya.
- Guía para elaborar menús sín gluten. Departamento de educación, universidades e investigación. Gobierno Vasco.