



El grupo de los 'veteranos' del campamento de Aepnaa del año pasado.

Colonias de verano y alergias alimentarias; la clave está en prevenir, planificar e integrar

15-07-2015

Desde hace ocho años, Aepnaa (Asociación Española de Personas con Alergias a Alimentos y Látex) organiza un campamento de verano para niños y niñas de 6 a 16 años. Aunque la asociación trabaja con el objetivo de que las personas alérgicas puedan acudir a los campamentos convencionales, de momento esto no es viable en muchos casos por falta de garantías de seguridad. En las colonias de Aepnaa se controlan los alérgenos en la cocina y en todas las actividades.

Nuria Miguel y David Ortiz son los coordinadores del campamento de verano de Aepnaa (Asociación Española de Personas con Alergias a Alimentos y Látex). Con ellos hemos hablado para que nos cuenten el por qué de esos campamentos específicos, cómo se organizan y qué se debería mejorar en los campamentos convencionales para que los de Aepnaa no tuvieran razón de ser.

– ¿Con qué objetivo se empezó a organizar este campamento? ¿La teoría no sería la contraria, que los niños y niñas alérgicos se puedan integrar con normalidad y seguridad en cualquier tipo de colonias?

– Efectivamente, lo ideal es que todos los niños y niñas con alergia alimentaria pudieran acudir a un campamento convencional, y de hecho Aepnaa trabaja en este sentido en ésta y en otras áreas, pues defendemos que las personas con alergia puedan integrarse en todas las actividades del día a día con seguridad y normalidad.

Sin embargo, en la práctica, para muchos de estos niños y adolescentes no resulta siempre viable, ya sea por sus múltiples alergias, su tipo de reacciones ante el contacto o incluso la inhalación del alérgeno, o por estar en tratamiento de inducción de tolerancia oral (desensibilización), cosa que requiere una supervisión especial. Ante esta situación, que hace que muchas familias opten por no enviar a sus hijos de campamento, Aepnaa quiso ofrecer a sus socios la posibilidad de que sus hijos e hijas puedan disfrutar como todos los demás, de unas vacaciones en verano.

El objetivo principal de nuestro campamento no es otro que conseguir que, durante una semana al año, estos niños y adolescentes se olviden de sus alergias a alimentos y/o látex y tengan la oportunidad de disfrutar de un campamento de ocio como cualquier otra

persona su edad.

En nuestro campamento se controlan los alérgenos presentes en todas las actividades, y no solamente en cocina, de forma que nadie tenga que estar diciendo “esto no puedo” o preguntando “¿esto es apto para mí?”. Todo es apto para todos. Así que únicamente se tienen que preocupar por disfrutar. Además, el equipo médico formado por alergólogos y enfermera permite que los niños y niñas sigan con sus tratamientos de una forma segura y vigilada.

– ¿Existen estadísticas o algún tipo de datos sobre la seguridad (o la no seguridad) de las colonias de verano en general? ¿Percibís que, en general, las familias no se atreven a dejar a sus hijos alérgicos en un campamento convencional?

– No nos constan. Aunque sí nos constan los testimonios de las familias que nos cuentan las dificultades con las que se encuentran al valorar llevar a sus hijos de campamento. Normalmente se destaca la falta de concienciación y formación específica no sólo para la elaboración y servicio del menú, sino también a la hora de programar las actividades del campamento, o de saber prevenir, reconocer y actuar ante una reacción alérgica.

En cuanto a dejar a los hijos en un campamento convencional, depende del caso concreto, de la gravedad o complejidad de la alergia, de las características, buena disposición y preparación mostrada por el campamento a la familia, etc. Algunas familias se atreven, pero, en general, en el momento que un niño tiene múltiples alergias y riesgo alto de sufrir reacciones graves ante cualquier pequeña ingesta, contacto o inhalación del alérgeno, optan por que el niño o niña no acuda a este tipo de actividad. Es por ello que el campamento de Aepnaa es una alternativa para estas familias, a la vez que seguimos trabajando por conseguir que los campamentos ordinarios sean capaces de acoger con seguridad a todo tipo de niños y jóvenes con alergia.

– ¿En qué aspectos fundamentales se debería mejorar más en los campamentos respecto a este tema... manipulación de los alimentos en cocina, control del niño alérgico, falta de protocolos de actuación si hay problemas, falta de formación de cocineros y monitores...?

– Hay mucho que mejorar y todo parte de la misma premisa: la prevención y la planificación. Ello implica la necesidad de formación de todo el equipo de campamento y no sólo del personal de cocina y comedor. La alergia alimentaria no es un riesgo únicamente ante un plato de comida, hay actividades que pueden poner también en riesgo al menor. Hemos de recordar que, al igual que en la escuela, y dado que las reacciones alérgicas a alimentos pueden darse también por contacto o inhalación, existen materiales que contienen alérgenos alimentarios o látex, y algunas actividades y talleres, manualidades, etc. pueden realizarse con alimentos o con materiales que contienen alimentos o látex. Los centros de ocio deben ser conscientes de ello y adecuar todas las actividades (no sólo los menús) a las características concretas de los niños y jóvenes con alergia que reciben, para que puedan integrarse en ellas con seguridad. Y deben estar formados, a la vez, en el reconocimiento precoz de una reacción alérgica y cómo actuar en caso de que se produzca.

Aunque poco a poco vamos avanzando en la concienciación y el conocimiento de lo que implica una alergia de este tipo, queda aún mucho camino por recorrer para mejorar la seguridad y atención a los niños y jóvenes con alergia a alimentos y/o látex en las actividades de ocio. Formación específica, planificación y el establecimiento de protocolos claros de prevención y actuación son los puntos claves para un campamento seguro dirigido a menores con alergia.

¿Se realiza desde Aepnaa algún tipo de acción con tal de ayudar a las entidades de tiempo libre en este sentido?

– Por primera vez este año hemos impartido una jornada de formación para una empresa organizadora de campamentos de verano, con gran acogida por parte de los monitores, organizadores y personal de cocina. Dentro de nuestras posibilidades, seguiremos por tanto trabajando en este área, tanto en el aspecto formativo como divulgativo.

Menú único libre de alérgenos

– Respecto a vuestras propias colonias... ¿dónde las lleváis a cabo y para cuántos niños?

– Siempre han tenido lugar en diferentes puntos de Tarragona y Girona. Desde hace cuatro años acudimos a Can Solá, una casa de colonias en Vilobí D'Onyar, Girona. Cada año asisten unos 80 niños con diferentes alergias alimentarias y/o al látex. Dado que es una actividad con un número limitado de plazas, que siempre se agotan, es un servicio exclusivo para socios de Aepnaa.

– ¿Todos los niños/as son alérgicos? ¿Cómo organizáis los menús?

– La gran diferencia de nuestro campamento respecto a otros es la seguridad. Los alérgenos principales en los niños (leche, huevo, frutos secos, pescado, mariscos, legumbres, ternera...) no están incluidos desde el inicio en la organización. Una vez que tenemos las inscripciones de los niños/niñas vamos retirando de la lista los alimentos que les dan alergia a cada uno de ellos, y con lo que queda apto se comienza a trabajar en el menú. El equipo de cocina, que son voluntarios formados por la asociación de entre los mismos socios, generalmente madres de niños con alergia, hacen maravillas con los pocos productos que quedan.

Cada alimento que se compra es seguro para todos los participantes. Llevamos un control exhaustivo de proveedores. Nuestros participantes mayoritariamente tienen alergia alimentaria pero también acuden hermanos que puede que no tengan alergia alimentaria. Lo que a todos los que participan les queda claro es que hay un único menú apto para todos. Y que todos pueden participar en todas las actividades con total tranquilidad, pues también se tienen en cuenta sus alérgenos en la planificación de las mismas.

– Tratándose de un menú único se elimina el problema de contaminaciones cruzadas...

– Como hemos comentado anteriormente, el objetivo principal es ese menú único. No obstante, desde hace dos años tenemos una pequeña excepción y es la del gluten. Tenemos participantes con celiaquía y alergia a cereales con gluten, y en este caso adaptamos el menú con pan y pasta apto para ellos. De esta excepción del menú se encarga una única persona que se dedica a la preparación de estos platos sin gluten para que no haya contaminación cruzada, con utensilios exclusivos y zona de trabajo controlada.

– **¿Colaboráis con alguna empresa externa o trabajáis al 100% con el voluntariado el servicio de alimentación, monitorajes, etc?**

– Todo está controlado por personal voluntario de Aepnaa excepto el equipo de monitores que dirige las actividades de los niños, formados por la asociación desde el primer año, y el equipo médico, que son personal contratado.

Desconexión y normalización

– **¿Se aprovechan las vacaciones de los pequeños para hacer una labor también educativa de cara a su enfermedad (talleres, etc)... o precisamente la 'gracia' está que olviden sus alergias y que disfruten estando seguros que no van a tener problemas?**

– Solamente hacen un taller durante una tarde donde el equipo médico les habla de la alergia alimentaria, cómo prevenir y actuar en caso de reacción, y resuelven las dudas de los niños y jóvenes con alergia. Con los más pequeños se trabaja mediante juegos para hacerlo más ameno y divertido. El resto del tiempo está dedicado a disfrutar y olvidarse de la alergia alimentaria. El objetivo: descanso emocional y psicológico, y convivencia, normalizando todas las actividades.

– **¿Se realiza alguna acción conjunta con las familias?**

– No, no se permiten visitas precisamente para conseguir esa desconexión y normalización de la que antes hablaba.

Artículos relacionados:

['Las alergias alimentarias en los campamentos de verano: ¿cómo actuar?'](#).

['Campamentos de verano, una buena oportunidad para inculcar buenos hábitos'](#).

['La alimentación segura en las colonias, un reto para las entidades de tiempo libre'](#).

['Guía de recomendaciones para una escolarización segura del alumnado alérgico'](#).