Restauracióncolectiva
El portal de referencia para los profesionales del sector

Foto superior: ©Olesiabilkei_Fotolia.com Foto apertura de sección: ©MaxTopchii_Fotolia.com

Las alergias alimentarias en los campamentos de verano: ¿cómo actuar?

09-07-2014

En las últimas semanas hemos ido publicando diversos artículos relacionados con la alimentación en las colonias y campamentos de verano. Lo hemos hecho tratando el tema desde el punto de vista de los hábitos alimentarios y de la seguridad alimentaria en general. Hoy, completamos la serie con un artículo centrado en el campo de las alergias e intolerancias alimentarias.

Es importante aclarar, antes de nada, que la condición de sufrir una alergia o intolerancia alimentaria no tiene por que ser incompatible con el desarrollo habitual en unas colonias de verano; la clave está en tener y seguir un protocolo para minimizar al máximo los riesgos a los que se puedan exponer los niños y niñas alérgicos que acuden a ellos, y para poder actuar en caso de emergencia.

Miles de niños en España están acudiendo y acudirán durante sus vacaciones escolares a un campamento de verano; de todos ellos, según datos de la Seicap (Sociedad Española de Inmunología Clínica, Alergología y Asma Pediátrica), entre un 3% y un 8% del total tienen alergia a algún alimento, uno de cada cinco niños otro tipo de alergia y uno de cada diez es asmático. Además, tal como comenta **Ana María Plaza**, presidenta de la asociación, *"las cifras aumentan cada año de ahí que, el personal que se dedica al cuidado y atención de estos menores deban contar con toda la información sobre las alergias infantiles y, sobre todo, saber administrar un tratamiento de rescate que, en muchos casos, puede resultar vital"*.

A pesar de la cada vez más alta incidencia del problema, desde la Seicap se advierte además que en España no existen protocolos de actuación a nivel nacional sobre el tratamiento de las reacciones alérgicas graves para profesionales no médicos en contacto con los niños. Sólo en algunas comunidades concretas se ha abordado el tema. En Galicia y Baleares, por ejemplo, tienen en marcha un programa llamado *'Alerta escolar'* que consiste en identificar en los colegios a los niños con riesgo y formar al profesorado; en Barcelona, por ejemplo, se puso en marcha en 2012 el programa *'Vaiame'*, con el objetivo de evaluar y disminuir los riesgos asociados a los alérgenos en las cocinas y servicios de comedor de los centros. En la primera fase se realizó un estudio descriptivo

del que se desprenden interesantes datos sobre la prevalencia y los tipos de alergias de los alumnos/as; y en la segunda, se está promoviendo, además, la implantación de un plan de control de alérgenos en las escuelas.

Manual para el manejo de intolerancias y alegias alimentarias en campamentos

Con el objetivo de ayudar a las personas que trabajan en la cocina de un campamento y a los propios monitores, el equipo de Educación para la Salud de ASDE-Scouts de España ha publicado el *Manual para el manejo de intolerancias y alegias alimentarias en campamentos* (descarga del documento).

Según esta manual (53 páginas con todo tipo de información sobre las diferentes alergias, prevención, síntomas, protocolos de actuación…) es imprescindible que en la cocina del campamento recabe información sobre la alergia de todos los niños/adolescentes y esto *"se debe hacer con naturalidad para que los chavales no se sientan excluidos de las actividades en base a sus alergias o intolerancias. Para ello no se puede improvisar, y es necesario que se sigan las recomendaciones del pediatra, y que los monitores y educadores sepan de antemano las actividades y la condición de los niños/as para garantizar la seguridad. Se debe hablar y formar a las personas que vayan a estar con el niño/a, para que sepan actuar en caso de emergencia y proporcionar los primeros cuidados. También es importante hablar con el resto de compañeros para que no se intercambien alimentos, para que haya menos contaminaciones en la comida e incluso se debería realizar alguna sesión de educación alimentaria con la intervención de todos"*.

Por otra parte, el manual insiste en no descuidar las tareas más rutinarias y habituales *"hay que conocer los ingredientes de cualquier producto alimentario manufacturado o comercializado para eliminar la posibilidad de estar en contacto con un alérgeno oculto en las comidas. El control del etiquetado debe ser permanente, incluso para alimentos consumidos habitualmente, ya que los ingredientes de muchos productos pueden cambiar a lo largo del tiempo. No nos debemos confiar y por tanto hay que revisar de manera regular también las marcas que no nos suelen dar problemas"*.

Por último hay que tener en cuenta las condiciones en las que muchas veces se cocina en un campamento… evidentemente no son las mismas que en una cocina profesional ya que muchas veces se cocina al aire libre en instalaciones más que afímeras. En estos casos se hace hincapié en algunas norma básicas como identificar el material y los alimentos, *"los niños alérgicos pueden tener diferente color en los platos y cubiertos, e incluso donde estemos cocinando, podemos identificar y marcar el correspondiente instrumental y alimentos con un código de color para ayudarnos en su manejo. Imprescindible también preparar primero la comida del educando alérgico para evitar contaminaciones y contactos. Es importante no usar el mismo aceite o plancha para cocinar, así como higienizar todas las superficies de trabajo"*.

Recomendaciones de actuación para campamentos con niños alérgicos

Con el objetivo de evitar que se produzcan más casos como el sucedido en mayo con un menor en una granja-escuela de Móstoles, la Seicap ha elaborado un listado de recomendaciones dirigido a monitores y profesores de campamentos de verano. En él se incluyen ocho pautas sobre cómo actuar en caso de reacción o *shock* anafiláctico (descarga del documento).

Las recomendaciones de la Seicap son las siguientes:
1- Debe asignarse una persona responsable de la atención de niños con alergia o asma y saber cómo actuar en caso de reacción.
2- Este responsable deberá poseer una copia del informe del diagnóstico y del tratamiento que haya elaborado el especialista pediátrico.
3- Tanto el responsable como otras personas encargadas del cuidado de estos niños deben recibir formación de un profesional sanitario. El personal de comedor debe estar informado de las alergias alimentarias que pueda haber.
4- El responsable deberá custodiar la medicación, inhaladores o adrenalina autoinyectable, en un lugar seguro pero accesible en caso de emergencia. Asimismo, tendrá que saber administrarla en el caso de que sea necesario y urgente.
5- El personal debe saber identificar y evaluar qué tipo de síntomas está manifestando el menor para poder administrar el tratamiento correcto. Los síntomas más comunes son:
a/ Picazón o leve sarpullido en la boca y labios.
b/ Urticaria, ronchas o picor de extremidades u otra zona del cuerpo.
c/ Enrojecimiento y lagrimeo de los ojos.
d/ Estornudos repetitivos, picor nasal y moqueo abundante.
Los síntomas más graves:
a/ Ronquera, garganta cerrada, tos repetitiva e hinchazón en lengua, parpados, labios u orejas.
b/ Respiración entrecortada, agotamiento, piel o labios azulados.
c/ Pulso débil, presión arterial baja, desvanecimiento y palidez.
6- En caso de reacción alérgica, el personal a cargo del menor deberá:
a/ No dejar nunca al niño sólo.
b/ Llamar a urgencias y comunicar la reacción alérgica.
c/ Aun cuando el padre o tutor legal del menor no pueda ser contactado, no dudar en administrar la medicación correspondiente.
d/ Después de administrar la medicación siempre se deberá llevar al niño a un centro médico.
7- Se recomienda la administración precoz de adrenalina ante los síntomas más comunes, para evitar su progresión a una reacción grave y, en caso de ésta, se deberá usar de forma obligatoria.
8- El campamento deberá tener inmunidad frente a acusaciones judiciales por las consecuencias de administrar la medicación de urgencia o rescate.

Algunos artículos relacionados:
– 'Los campamentos, una buena oportunidad para inculcar hábitos saludables'.
– 'La alimentación segura en las colonias, un reto para las entidades de tiempo libre'.

– ‘Guía de recomendaciones para una escolarización segura del alumnado alérgico’.
– ‘La formación del personal, clave para ofrecer menús libres de alérgenos’.
– ‘Nuevos cursos on line sobre el control de alérgenos en hostelería y restauración’.