

La scuola e il bambino asmatico e allergico

Quanti sono i bambini asmatici e allergici nel nostro paese?

Si calcola che un bambino su dieci è affetto da asma e che uno su quattro ha una forma di allergia (respiratoria, alimentare, da contatto).

Asma e allergie in età scolastica sono dunque un vero e proprio problema di sanità pubblica sia per il loro impatto epidemiologico e socio-economico sia per le pesanti ricadute sulla vita quotidiana dei bambini e dei ragazzi e delle loro famiglie. Sono la principale causa di assenza dalla scuola, di ricorso alla medicina d'urgenza e di ricoveri ospedalieri.

Inoltre l'arrivo di un bambino asmatico o allergico a scuola non sempre è accolto favorevolmente, infatti, presenta notevoli problemi di ordine pratico, che coinvolgono tutti, dalla direzione didattica agli insegnanti fino al gruppo classe.

Quali sono i principali problemi che incontra un bambino asmatico e allergico a scuola?

Due sono le principali preoccupazioni dei genitori:

- Il bambino può trovarsi a fronteggiare una crisi in una situazione in cui nessuno sa cosa fare per aiutarlo
- La scuola che non ha condizioni ambientali adeguate può indurre asma o allergie in bambini sensibilizzati oppure aggravare un'asma o un'allergie preesistente.

Ecco perché occorrono misure a garanzia dell'incolumità dei bambini e dei ragazzi.

Personale docente e non docente e coloro che a vario titolo operano all'interno della scuola (addetti alla mensa e alla distribuzione dei pasti, personale esterno addetto alle pulizie, etc.) devono essere formati a conoscere la malattia, i fattori di rischio e le misure necessarie per contrastarli.

Una scuola con aria sana è infatti una scuola che va bene per tutti e non solo per coloro che sono affetti da asma o allergie.

Il bambino asmatico e allergico può condurre una vita normale come tutti i suoi compagni?

Il bambino asmatico e allergico a scuola deve essere aiutato a sentirsi come i suoi coetanei, a socializzare con loro e ad essere integrato pienamente nelle attività scolastiche, sportive e ricreative. Questo comporta per gli insegnanti, compresi quelli di educazione fisica, un'attenzione particolare nei confronti del bambino, ma anche un impegno specifico nei confronti della classe. L'obiettivo finale è quello di inserirlo a pieno titolo in tutte le attività scolastiche, facendogli accettare la sua malattia come una condizione di vita normale, aiutandolo nella sua gestione quotidiana e educando tutta la scolaresca a non isolare il compagno in nessuna circostanza.

Il bambino asmatico e allergico può assumere i farmaci a scuola?

L'assunzione dei farmaci a scuola, e specialmente prima di un'attività fisica, deve essere considerata un fatto normale sia dal bambino sia dai suoi compagni. In caso di crisi, il bambino deve potere contare sulla solidarietà e sulla protezione della sua classe. Nel caso del bambino con allergia alimentare i problemi di gestione sono particolarmente complessi.

I genitori devono informare se il proprio figlio è affetto da asma o da allergie, fornendo un rapporto medico con un pro-memoria che riporti i nomi dei farmaci e degli alimenti a cui il bambino è allergico, nonché una copia sempre aggiornata delle prescrizioni e raccomandazioni fissate dal medico curante, ed in particolare delle istruzioni da seguire in caso di crisi asmatica o reazione allergica.

I farmaci antiasmatici devono sempre essere a disposizione del bambino. Anche il più piccolo ritardo nell'assunzione del farmaco può essere pericoloso.

L'assunzione dei farmaci antiasmatici, specialmente prima dell'attività fisica, deve essere consentita. Alcuni bambini si vergognano di prendere i farmaci antiasmatici per via inalatoria di fronte ai compagni e vanno aiutati a superare questo problema.

E' bene ricordare all'alunno di portare con sé i suoi farmaci durante le gite scolastiche.

Cosa fare se in classe c'è un bambino con allergie alimentari?

L'incidenza delle allergie ed intolleranze alimentari è in continuo aumento. I principali alimenti che causano allergie sono latte, uovo, arachidi, pesce, grano e soia.

Gli alimenti o i prodotti che causano le reazioni vanno eliminati dalla dieta dei bambini allergici o intolleranti.

La lista scritta degli alimenti potenzialmente pericolosi deve essere portata a conoscenza degli insegnanti, del personale scolastico e degli addetti alla mensa; tutti devono essere correttamente informati delle conseguenze potenzialmente gravi dell'uso o della contaminazione anche minima degli alimenti con gli

ingredienti ai quali si è allergici. E' infatti indispensabile evitare anche il minimo contatto con i fattori allergizzanti conosciuti.

Deve sempre essere possibile determinare la composizione degli alimenti preparati dalle mense e di quelli messi a disposizione dai distributori automatici. Qualsiasi prodotto che non riporti la denominazione esatta di tutti i componenti deve essere scartato.

Il regime alimentare previsto deve essere rispettato rigorosamente.

Con l'aiuto dei genitori, si possono seguire accorgimenti per far partecipare la classe, per esempio si può organizzare una merenda, un pic-nic, una festa, ecc. servendo esclusivamente i cibi consentiti al bambino allergico.

Il bambino può essere esposto ad allergie alimentari non solo in mensa, ma anche durante le esercitazioni pratiche in cui si utilizzano gli alimenti, o ancora durante l'intervallo delle lezioni, in quei momenti dedicati al consumo della merenda e durante i quali i bambini potrebbero scambiarsi gli alimenti.

Il bambino asmatico e allergico può svolgere attività sportive?

L'insegnante di educazione fisica deve incoraggiare il bambino asmatico a partecipare all'attività sportiva, ad assumere il farmaco adatto prima dell'inizio dell'attività fisica e a portarlo con sé durante la lezione. Se tuttavia durante lo sport il bambino lamenta disturbi respiratori non deve essere obbligato a continuare ed il problema va segnalato ai genitori e al medico.

Cosa fare se il bambino è allergico ai pollini?

Per l'alunno allergico ai pollini si raccomanda di conoscere i periodi dell'anno "a rischio" (calendario pollinico). In questi periodi il bambino deve poter restare all'interno della scuola, evitare di giocare all'aperto e, su parere del medico curante, potrà essere esonerato dal praticare l'educazione fisica all'aria aperta.

Che cosa fare in caso di crisi asmatica a scuola?

I bambini affetti da asma imparano dalle loro precedenti esperienze. Sanno generalmente che cosa fare e normalmente hanno con sé i farmaci da usare per l'emergenza: un broncodilatatore a rapida azione per via inalatoria da assumere con un distanziatore. È impossibile stabilire delle regole che valgano per tutti perché i bambini sono affetti da diverse forme d'asma.

I seguenti suggerimenti possono essere tuttavia sempre utili:

- **Assicurarsi che il bambino assuma il broncodilatatore a rapida azione immediatamente e correttamente**

Il broncodilatatore a rapida azione va somministrato per via inalatoria. Nel caso in cui il piano terapeutico individualizzato del bambino preveda l'assunzione di compresse di cortisone è necessario farglielo prendere.

- **Mantenere la calma e confortare il bambino**

Le crisi possono spaventare, quindi occorre mantenere la calma e agire con tranquillità ed efficienza. Il bambino non deve essere lasciato da solo, ma occorre ascoltare attentamente quello che dice e le sue richieste: probabilmente questa non è la sua prima crisi. Si deve cercare di aiutarlo tranquillizzandolo e dandogli conforto. Durante una crisi asmatica la respirazione si fa corta e veloce, quindi occorre dire al bambino di respirare lentamente e profondamente.

La maggior parte degli asmatici preferisce sedersi in posizione eretta o piegarsi leggermente in avanti ed appoggiare la mani sulle ginocchia per sostenere il torace. Evitare di mettere il bambino disteso in posizione supina.

Quando richiedere urgentemente l'aiuto del medico?

E' indispensabile chiedere l'aiuto del medico e portarlo al Pronto Soccorso quando:

- Il bambino non ha con sé il broncodilatatore a rapida azione
- Il broncodilatatore a rapida azione non dà alcun effetto dopo cinque o dieci minuti
- Il bambino non riesce a parlare o parla per sillabe
- Si ha un qualsiasi dubbio sulle condizioni di gravità del bambino

Cosa fare in caso di reazione allergica a scuola?

Le manifestazioni allergiche possono essere lievi, locali, con reazioni limitate, fino a reazioni generalizzate e molto gravi come lo shock anafilattico. In questi casi è necessario seguire immediatamente le prescrizioni e le raccomandazioni indicate del medico curante nel piano terapeutico del bambino e trasportarlo al pronto soccorso ogni volta si presentino gravi sintomi generali.