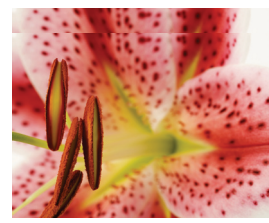




Florida Center
For Allergy & Asthma Care



VACUNAS PARA LA ALERGIA

1.877.4.ALLERGY • www.florida-allergy.com



DE VUELTA A LA ESCUELA

Cómo Preparar Para La Escuela a Niños Con Alergia y Asma

El momento de volver a la escuela puede ser divertido y emocionante tanto para los niños como para sus padres. Sin embargo, también es un momento importante para recordar que los niños con alergias y asma se enfrentan a dificultades en el aula. Estas dificultades pueden incluir desde molestias que generan dificultades para la concentración en las tareas escolares hasta síntomas que disminuyen la habilidad del niño de participar del recreo o de las clases de educación física, y hasta incluso pueden incluir reacciones severas

debido a alergias alimenticias o por picaduras de insectos. Se ha reportado que más de 9 millones de niños menores de 18 años sufren de alergias y asma. Este hecho explica más de 14 millones de inasistencias a clase, millones de dólares en gastos médicos y hasta la inasistencia al trabajo por parte de los padres. Por todo ello, es importante que los niños y sus familias se preparen para la vuelta a la escuela, informándose sobre las maneras de evitar que las alergias y el asma interfieran con la escuela.

Consejos Para Recordar Durante El Año Escolar

Debido a que los niños están mucho tiempo fuera del hogar durante el año escolar, es importante que los niños y sus familias trabajen junto a los maestros, los entrenadores y las enfermeras de la escuela para evitar los desencadenantes de alergias y asma y saber qué hacer en caso de que aparezcan síntomas. Puede ayudar a disminuir los posibles alérgenos que afecten la alergia o el asma de su hijo en la escuela:

- Antes de que comiencen las clases, conozca las instalaciones para detectar posibles desencadenantes de alergia/asma.
- Solicite una reunión con los maestros y la enfermera de la escuela para hablar sobre las alergias de su hijo.
- Incentive a su hijo para que tome correctamente la medicación que se le haya prescripto.
- Recuérdele a su hijo qué cosas le desencadenan alergia y asma. Aliente a sus hijos a que le pidan ayuda a un maestro si sus síntomas empeoran.
- Si su hijo es alérgico a determinados alimentos, solicítele al personal de la cafetería de la escuela y a los maestros a que eviten esos alimentos y sugiera alternativas seguras.
- Haga que su hijo con sensibilidad a ciertas comidas lleve su propio almuerzo a la escuela todos los días.
- Asegúrese de que su hijo tenga siempre epinefrina auto-inyectable para situaciones de emergencia y que los maestros y la enfermera de la escuela sepan cómo usarlo correctamente.
- Infórmele a los maestros de educación física y a los entrenadores del asma de su hijo y de los síntomas de un empeoramiento que pueden generar asma inducido por el ejercicio.

A pesar de que muchos niños padecen alergias alimenticias, asma y rinitis alérgica, si se toman las medidas correspondientes, es posible que no corran riesgos o se vean afectados por estas enfermedades. Es importante tener una comunicación fluida con el personal de la escuela en relación con su hijo y consultar a un alergista/inmunólogo para que evalúe al niño antes de que comience el año escolar.

Las alergias más comunes en la escuela que pueden causar una reacción alérgica o asma incluyen:

- Polvo
- Polvo de tiza
- Pelos, plumas y caspa de las mascotas de la clase o los pelos de mascotas en la ropa de sus compañeros
- Polen y moho
- Ejercicio
- Picaduras de insectos durante el recreo

Si su hijo es sensible a determinados alimentos, recuérdle que no comparta la comida con sus amigos. Seis alimentos son responsables del 90% de las alergias alimenticias en los niños:

- Leche
- Huevos
- Maníes
- Trigo
- Soja
- Frutos secos

