DJUSD
DAVIS JOINT UNIFIED SCHOOL DISTRICT

# Información acerca de alergias alimentarias
## *para los padres de todos los niños*

El Distrito Escolar Unificado Davis se preocupa por la salud y el bienestar de todos sus estudiantes. Nuestro objetivo es generar conciencia y conocimientos a nuestra comunidad escolar acerca de las alergias alimentarias.

¡Aproximadamente 1 de cada 13 estudiantes en Estados Unidos tiene alguna alergia alimentaria, lo que equivale a aproximadamente a dos estudiantes por cada salón de clases! Además, el 25% de las reacciones ocurren entre estudiantes con alguna alergia previamente conocida.

Para estudiantes con alergias alimentarias, incluso una pequeña cantidad del alimento que les produce alergia puede rovocar *anafilaxia, una grave* reacción alérgica que pondrá en riesgo su vida.

Alergias alimentarias más frecuentes:

- Maní
- Frutos secos (nueces, almendras, etc.)
- Leche
- Huevos
- Soja
- Trigo
- Peces y mariscos

## Reconozca los síntomas

- Urticaria (zonas de la piel rojizas, inflamadas, con comezón)
- Comezón en la boca o canal auditivo
- Náusea, vómitos, diarrea o dolor de estómago
- Tos seca leve
- Sabor extraño en la boca
- Inflamación obstructiva de labios, lengua y/o garganta
- Dificultad para tragar
- Falta de aire, jadeo o tornarse azul
- Caída de la presión arterial (desvanecimiento, confusión, debilidad, desmayo)
- Pérdida del conocimiento
- Dolores en el pecho

Los síntomas severos, solos o combinados con síntomas leves, pueden ser señales de anafilaxia y requieren tratamiento médico inmediato.

**Consejos sencillos:**

- Hablen acerca de la importancia de no compartir alimentos.
- No excluya a los niños con alergias.
- Eviten alérgenos identificados en fiestas de la clase, artesanías, etc.

### Reduzca riesgos

*Los niños que padecen de alergias limentarias necesitan apoyo de* ***todos nosotros*** *para asegurar su seguridad e inclusión.*

- Para prevenir un contacto accidental, considere evitar el maní o los frutos secos para meriendas o almuerzos.
- Recomiende el lavado de manos antes y después de comer, especialmente cuando se ingieren alérgenos potenciales.
- Usen incentivos no alimentarios como premios, regalos y para eventos de recaudación de fondos.
- Trabaje en función de la seguridad de todos los estudiantes durante los eventos.
- Hable con su niño/a sobre la gravedad de las alergias alimentarias. Indíquele que no está bien burlarse de la alergia de algún estudiante.
- Tenga a mano información sobre los ingredientes de todos los alimentos pre-envasados o preparados que traiga su niño/a a la escuela.
- Lea toda la información que se envía a casa sobre niños del salón de clases de su niño/a que sufren alergias alimentarias. Si tiene alguna duda, comuníquese con el/la maestra del niño/a.

La epinefrina se guarda en la oficina de la escuela. Si usted cree que un niño/a está sufriendo de una reacción alérgica en la escuela, por favor informe al/la maestro/a del niño/a y/o lleve al niño/a a la oficina lo antes posible.

Los maestros y el personal de la oficina están entrenados para usar esta medicación al primer síntoma de una reacción alérgica y llamarán al 911.

**El estudiante debe concurrir siempre a una sala de emergencias para tratamiento posterior, aun cuando los síntomas parezcan haber desaparecido después de haberse suministrado la epinefrina.**