

Plano de Saúde Individual (PSI) para crianças e jovens com ALERGIA ALIMENTAR

ARS: _____ ACES/ULS/Hospital: _____ Ano Letivo: 20__ / 20__

Nome:

Nascimento: ____ / ____ / ____

Sexo: M F

Nº Utente do SNS: _____

Pais ou Encarregado de Educação:

Médico de família / Médico Assistente:

Estabelecimento de educação ou ensino:

Contacto da escola:

Contacto do Diretor:

Contacto do Coordenador

PES: _____

Nível Educação/Ensino:

Pré-escolar 1º CEB 2º CEB 3º CEB Secundário Outro _____

Ano de Escolaridade: _____ Turma: _____

Educador/Professor/Diretor de Turma:

Elementos de referência da escola:

Observações:

Plano de Saúde Individual (PSI) para crianças e jovens com ALERGIA ALIMENTAR

CONTACTOS

EM CASO DE URGÊNCIA	RELAÇÃO	TEL/TLM
---------------------	---------	---------

1º

2º

3º

DA EQUIPA DE SAÚDE ESCOLAR	UNIDADE DE SAÚDE	TEL/TLM
----------------------------	------------------	---------

Enfª

Médico

Outro

DO ENFERMEIRO / MÉDICO DE FAMÍLIA	UNIDADE DE SAÚDE	TEL/TLM
-----------------------------------	------------------	---------

Enfº

Médico

DA CONSULTA DE ESPECIALIDADE	HOSPITAL	TEL/TLM
------------------------------	----------	---------

Enº

Médico

Outro

Observações:

Plano de Saúde Individual (PSI) para crianças e jovens com ALERGIA ALIMENTAR

CONDIÇÕES DE SAÚDE

Descreva as condições de saúde que levaram à referenciação da criança/jovem para a equipa de saúde escolar.

Alergia Alimentar a: _____
(declaração em anexo)

Por: Ingestão Contacto Inalação

Data do diagnóstico: ____ / ____ / _____

Método de tratamento: Evição alimentar

Tratamento da Anafilaxia: Anti-histamínico Corticoide Adrenalina

Teve reação de Anafilaxia: Sim Não

Se sim:

Número de episódios de anafilaxia: _____

Data da última reação de anafilaxia ____ / ____ / _____

Descreva o último episódio de anafilaxia:

Número de internamentos hospitalares por anafilaxia: _____

Outros antecedentes de saúde relevantes:

Plano de Saúde Individual (PSI) para crianças e jovens com ALERGIA ALIMENTAR

INTERVENÇÃO NA ESCOLA

Medidas a aplicar em contexto escolar tendo em conta o horário da criança/jovem com Alergia Alimentar.

EVICÇÃO ALIMENTAR

(Eliminação de todos os alimentos responsáveis pela alergia, como também de alimentos e preparados que podem conter o alergénio)

LEITE

Alimentos a excluir: Leite de vaca, leite de cabra, leite de ovelha, leite condensado, leite evaporado, leite desnatado, leite em pó, logurtes, queijo (qualquer tipo), requeijão, queijo fresco, manteiga, natas, papas lácteas com leite para crianças.

Alimentos processados que podem conter o alergénio: Produtos de pastelaria e confeitaria (bolos e pastéis), gelados, semifrios, chocolate, bombons caramelizados, pudins, nougat, caramelo, cremes de pastelaria, margarina, manteiga de cacau, bolachas, alguns tipos de pão (pães de leite, bicos de pato), salsichas e enchidos.

OVO

Alimentos a excluir: Ovos (galinha, codorniz, peru, pata, avestruz) Gema e clara de ovo.

Alimentos processados que podem conter o alergénio: Produtos de pastelaria e confeitaria (bolos, biscoitos, folhados, empadas, salgados), pães com ovo (pães de leite e bicos de pato), massas com ovos, massa tenra, massa folhada, molhos (maionese, molho holandês, entre outro), hambúrgueres, salsichas, bolachas.

TRIGO

Alimentos a excluir: Esparguete e massas, couscous, farinhas de trigo para uso culinário, produtos de pastelaria e padaria (bolos, pastéis, biscoitos, bolachas), todos os tipos de pão ou broa, tostas, flocos de cereais, gelados com bolachas ou biscoitos, papas lácteas e não lácteas com trigo, chocolates com bolacha. Sopas pré-confeccionadas, molhos, seitan.

Alimentos processados que podem conter o alergénio: Chocolates e bombons, patés, enchidos e produtos de charcutaria, pão de centeio, milho, molho de soja, delícias do mar.

AMENDOIM E FRUTOS DE CASCA RIJA

Alimentos a excluir: Amendoim, amêndoa, avelã, coco, caju, noz, pinhão, pistacho, sementes de sésamo.

Alimentos processados que podem conter o alergénio: Manteiga de amendoim, rebuçados, pastéis e óleo de amendoim, gelados, bolachas, cereais (muesli), pastéis, pastas, cremes, gelados, torrões, produtos de pastelaria, sobremesas e bolos caseiros, doces, chocolates, bombons, licores, pão, óleo de coco, leite de coco, alguns pratos de culinária, algumas confeções culinárias, bolos, biscoitos, enchidos (morcela), arroz com pinhões, sementes de sésamo, hambúrgueres, molhos, saladas, massas orientais, aperitivos, cones de gelado.

Plano de Saúde Individual (PSI) para crianças e jovens com ALERGIA ALIMENTAR

INTERVENÇÃO NA ESCOLA (cont.)

MARISCO (crustáceos) e MOLUSCOS

Alimentos a excluir: Caranguejo, lagosta, camarão, mexilhão, ostras, amêijoas, lulas, polvo, chocos.

Alimentos processados que podem conter o alergénio: Molho de francesinha, arroz de marisco, receitas de peixe com molho de marisco, arroz de peixe, caldeirada de peixe, massa de peixe, paté.

PEIXE

Alimentos a excluir: Peixes brancos: pescada, linguado, galo, nero, cherne, corvina, garoupa. Peixes azuis: atum, sardinha, truta, salmão, arenque, cavala, enguia.

Alimentos processados que podem conter o alergénio: Atum em lata, empadas, rissóis, bolinhos de bacalhau, molhos, sopas desidratadas, patés.

SOJA

Alimentos a excluir: Soja, feijão de soja, rebentos de soja, tofu, molho de soja, molho shoyu, miso, farinha de soja, óleo de soja.

Alimentos processados que podem conter o alergénio: Carnes frias, salsichas, patés, produtos de pastelaria e panificação (bolos, pastéis, biscoitos, bolachas), gelados de soja, óleos alimentares de origem vegetal e molhos, iogurtes e bebidas de soja (leite de soja).

OUTROS

Alimentos a excluir:

Plano de Saúde Individual (PSI) para crianças e jovens com ALERGIA ALIMENTAR

REFEIÇÕES ESCOLARES

(assinale as refeições consumidas na escola)

Garantir segurança alimentar e um ambiente seguro para a criança/jovem com alergia alimentar.

REFEIÇÕES	LOCAL	PROVENIÊNCIA DOS ALIMENTOS	
Pequeno-almoço	Refeitório	Casa	Escola
	Outro _____	Outro _____	
Lanche do meio da manhã	Refeitório	Casa	Escola
	Outro _____	Outro _____	
Almoço	Refeitório	Casa	Escola
	Outro _____	Outro _____	
1º Lanche da tarde	Refeitório	Casa	Escola
	Outro _____	Outro _____	
2º lanche da tarde	Refeitório	Casa	Escola
	Outro _____	Outro _____	

Dias de festas: Aconselhar, quando necessário, que o EE assegure os alimentos a ingerir pelo seu educando (o EE deve ser avisado previamente das Atividades Festivas com consumo de alimentos).

Observações:

ATENÇÃO AOS ALIMENTOS DISPONIBILIZADOS NAS MÁQUINAS DE VENDA AUTOMÁTICA.

Plano de Saúde Individual (PSI) para crianças e jovens com ALERGIA ALIMENTAR

NÍVEL DE AUTONOMIA

Da criança /jovem com alergia alimentar

	DEPENDENTE	AUTÓNOMO	NECESSITA DE SUPERVISÃO
Administração de anti-histamínico			
Administração de corticoide			
Administração de adrenalina			
Caneta de adrenalina transportada pela criança/jovem:	Sim	Não	
Observações:			

Plano de Saúde Individual (PSI) para crianças e jovens com ALERGIA ALIMENTAR

RECOMENDAÇÕES DA EQUIPA DE SAÚDE ESCOLAR

A criança/jovem com alergia alimentar pode ter uma reação: ANAFILAXIA.

ANAFILAXIA

É a forma mais grave de manifestação de uma reação alérgica, que pode resultar em dificuldade respiratória, perda de consciência ou mesmo morte se não for imediatamente tratada.

(informação no plano terapêutico emanado do Médico Assistente ou Especialista de A.A.- anexo)

Sintomas Ligeiros/Moderados:

- Nariz (comichão no nariz, pingos, espirros)
- Boca (Comichão)
- Barriga (náuseas/enjoos ligeiros ou desconforto)
- Pele (algumas borbulhas, comichão)

Medicamentos:

ANTI-HISTAMÍNICO: _____ Dose: _____

CORTICOIDE: _____ Dose: _____

Local de armazenamento:

Observações:

Sintomas Graves:

- Respiração (dificuldade respiratória, pieira, tosse persistente)
- Circulação (palidez, pele azulada, tonturas/desmaio)
- Garganta (aperto, rouquidão, dificuldade em engolir)
- Boca (inchaço significativo dos lábios ou da língua)
- Pele (comichão no corpo todo, vermelhidão, muitas borbulhas)
- Barriga (vómitos ou diarreia intensos)
- Outros (ansiedade, confusão...)

Medicamento:



Dispositivo de ADRENALINA: _____ Dose: _____

Local de armazenamento:

Observações:

A MEDICAÇÃO DEVE ACOMPANHAR A CRIANÇA/JOVEM EM CASO DE ACTIVIDADES NO EXTERIOR DAS INSTALAÇÕES ESCOLARES

Plano de Saúde Individual (PSI) para crianças e jovens com ALERGIA ALIMENTAR

FORMAÇÃO

(capacitar os agentes educativos para reconhecer e atuar numa reação anafilática alimentar)
Plano de formação em anexo

A QUEM:

QUANDO:

COMO:

ONDE:

Observações:

PLANO DE SAÚDE INDIVIDUAL RATIFICADO POR:

Pais ou Encarregados de Educação (nome)

Diretor da escola ou
Coordenador da EMAEI (nome)

Equipa de Saúde Escolar (nome)

Data da avaliação inicial: ____ / ____ / ____

Data prevista para a reavaliação: ____ / ____ / ____

Plano de Saúde Individual (PSI) para crianças e jovens com ALERGIA ALIMENTAR

AUTORIZAÇÃO

Eu, _____ mãe/pai/encarregado de educação da criança/
/jovem _____ autorizo a prestação de cuidados para
tratamento da reação anafilática, conforme descrito neste PSI, e concordo com a transmissão da informação
contida no respetivo Plano aos profissionais da escola de referência.

Data: ____ / ____ / ____

Assinatura(s) do(s) Pais ou Encarregado de Educação

Plano de Saúde Individual (PSI) para crianças e jovens com ALERGIA ALIMENTAR

ANEXO

Plano de Formação em Alergia Alimentar Elementos de referência

Objetivos gerais:

- Sensibilizar elementos de referência da escola, para a intervenção junto da criança/jovem com alergia alimentar;
- Operacionalização do plano de saúde individual (PSI);
- Inclusão da criança/jovem com alergia alimentar na escola promovendo o seu bem-estar e autoestima.

Destinatários	Docentes e não docentes indicados pela escola, incluindo, se indicado, pessoal dos refeitórios da escola
Formadores	Equipa de saúde escolar
Metodologia	Expositiva, ativas e participativas (treino)
Duração	2 horas

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

Título	Conteúdos programáticos (referencial alergia alimentar da DGS-DGE 2012)	Duração
Criança/jovem com alergia alimentar	<ul style="list-style-type: none">• Alergia alimentar (definição, fisiopatologia)• Diferença entre alergia e intolerância alimentar• Principais alimentos envolvidos na alergia alimentar• Evição alimentar (alimentos a excluir, preparações culinárias, alimentos processados que podem conter alérgeno)• Leitura e interpretação de rótulos (ingredientes na rotulagem)• Contaminação cruzada (definição, medidas de prevenção)• Manifestação clínica alergia alimentar (sintomas ligeiros e graves)• Reação Anafilática (identificação, tratamento)• Administração de Adrenalina	2 horas