

NUTRITION OF PRESCHOOL CHILDREN WITH FOOD INTOLERANCES AND ALLERGIES

ALIMENTAȚIA COPIILOR CU VÂRSTĂ PREȘCOLARĂ CU INTOLERANȚE ȘI ALERGII ALIMENTARE

DRĂGUȘ Iraida, student, Specialitatea: TAP

Academia de Studii Economice din Moldova,

Republica Moldova, Chișinău, str. Bănulescu-Bodoni 61, www.ase.md

e-mail autor: dragus.iraida@ase.md

***Abstract:** This research focuses on the analysis of the causes, symptoms and negative impact of food allergies and intolerances on the health of school children. Children identified with such a problem have a special diet that involves abstaining from products that harm the whole body. According to international research, almost 5% of preschoolers have food allergies. From 1997 to 2007, the prevalence of reported food allergies increased by 18% among children worldwide. The research methods were based on bibliographic sources as well as a study conducted by the authors of this research, in the Republic of Moldova. At the national level, it is not a clear statistic on preschoolers with food intolerances and allergies, but it has been found that the menus in kindergartens are adapted to the needs of children who show these symptoms.*

Key words: children`s helth, diet, investigation, preschoolers, food allergy and intolerance

JEL CLASSIFICATION: Q18, I119

INTRODUCERE

Diverse aspecte ale bolilor alergice, inclusiv reacțiile anormale la alimente, au fost remarcate și menționate încă din antichitate. Hippocrate menționa faptul că anumite alimente, deși sănătoase și hrănitoare pentru majoritatea oamenilor, pot provoca îmbolnăviri la un număr mic de persoane. La începutul sec. XX, Hamburger a constatat pericolul sensibilizării la lapte de vaci, iar Finkelstein în a.1905 a publicat primul caz de sensibilizare la un copil și a descris posibilitatea morții subite în legătură cu folosirea laptelui de vaci. [2]

Importanța lucrării raportate este analizarea alimentației preșcolarilor cu intoleranțe și alergii alimentare pe plan național și internațional

Obiectivele acestei cercetări constau în analiza factorilor declanșatori asupra dezvoltării intoleranței și alergiei alimentare preșcolarilor; analiza alimentației preșcolarilor și metodelor aplicate în cazul manifestării intoleranțelor sau alergiilor alimentare; identificarea factorilor, cauzelor și statistica pe plan național și internațional.

CONȚINUTUL DE BAZĂ.

Alergia alimentară este o problemă importantă de sănătate publică care afectează atât copiii, cât și adulții, prevalența alergiilor și intoleranțelor alimentare fiind în creștere în toată lumea.

Simptomele pot varia de la forme ușoare până la severe, inclusiv anafilaxie care pune în pericol viața. În ciuda acestor riscuri, până în prezent nu există metode efective pentru prevenirea și

tratamentul alergiei alimentare. Singura opțiune pentru profilaxie și tratament este de a evita alergenii alimentari.

În lume, se estimează că aproape 5% dintre copiii cu vârsta preșcolară au alergii alimentare. Din 1997 până în 2007, prevalența alergiei alimentare raportate a crescut cu 18% în rândul copiilor. Deși majoritatea copiilor își „depășesc” alergiile în adolescență, alergia la alune, nuci, pește și crustacee poate dura toată viața. [3]

În topul alimentelor care provoacă alergii la preșcolari se regăsesc: laptele de vaci, ouăle, nucile, fructele de mare, ovăzul, soia, iar alimente cu grad scăzut de alergicitate sunt – perele, merele, morcovul. [1]

Sistemul imunitar are nevoie de minimum două contacte sensibilizante, astfel încât doar, de la al treilea sau de la oricare următor contact, organismul să depisteze că acea proteină este un „inamic” și să fabrice anticorpi sau celule cu memorie împotriva ei.

Obiect de studiu: în calitate de obiect de studiu în cercetările noastre, au servit meniurile aplicate copiilor cu intoleranțe și alergii alimentare, în 10 creșe și grădinițe din Republica Moldova

În rezultatul studiului realizat în America de Organizația internațională NHANES, în perioada anilor 2007-2010, s-a constatat că, 6,5% copii au manifestat una sau mai multe alergii alimentare, ceea ce reprezintă 5 milioane de copii.

O altă organizație (Northwestern University), oferă actualizări, cu privire la numărul în creștere a copiilor care se confruntă cu alergii alimentare. Studiul efectuat în anul 2014 – demonstrează că acest număr a crescut până la 7,6 % față de anul 2010. [3]

Alergia la arahide este una din cea mai periculoasă alergii din punct de vedere a evoluției, conform unui studiu realizat în Statele Unite ale Americii, în perioada 1997 – 2008, se afirmă că numărul a crescut de la 0,5 la 1,4 % iar în 2018 această cifră a ajuns la 2,2% - la copiii preșcolari. [3]

Cele mai frecvente alergii alimentare la copiii preșcolari predomină în următoarele țări: Australia, Finlanda, Canada, iar Mozambic, Tanzania (Țară din estul Africii) și Islanda bat recordul alergiilor alimentare pentru copii de până la 5 ani. [3]

Conform unor studii realizate de Centrul de Monitorizare și Profilaxie a Bolilor în Statele Unite ale Americii, în perioada 1997 - 1999, alergii alimentare manifestau circa 3,4%, copii, iar în perioada anilor 2009-2011 cifra a crescut până la 8,9 %. În China se estimează o creștere a alergiilor alimentare la copii de la 3,5% până la 7,7%, studii efectuate în perioada anilor 1999 – 2009. [3]

Se susține ideea că, rasa și etnia joacă un rol foarte important în dezvoltarea anumitor alergii alimentare. În 2016, s-a realizat un experiment alimentar pe un eșantion de 817 copii, din Chicago și Ohio care, în mare parte au manifestat astm și eczeme. La copiii afro-americani s-a înregistrat un grad mai înalt decât la latino-americani și copiii de rasă albă. Pe când copiii afro-americani au înregistrat risc crescut de alergii alimentare la următoarele alimente: grâu, porumb, soia, pește și fructe de mare [3]

În Republica Moldova, la sfârșitul anului 2020, numărul copiilor înscriși în instituțiile de educație timpurie a fost de 134,2 mii persoane - ceea ce reprezintă 92,2% din totalul copiilor de vârsta respectivă. [5]

În prezenta cercetare ne-am propus să analizăm situația alimentară în legătură cu preșcolarii care manifestă intoleranțe și/sau alergii alimentare, astfel am analizat meniurile instituțiilor preșcolare. Conform ordinului 638, cu privire la implementarea Recomandărilor pentru un regim alimentar sănătos și activitate fizică adecvată în instituțiile de învățământ din Republica Moldova, la momentul actual, preșcolarii și elevii beneficiază de o alimentație sănătoasă și echilibrată – prin meniul unic (iarnă/vară) implementat în aceste instituții, din 01 februarie, 2021. În rația copiilor cu maladii alergice

se limitează sau se exclud în totalitate folosirea ouălor, peștelui, citricelor, bulionului de carne, deoarece aceste produse conduc la apariția alergiilor. [6]

În grădinițe, alimentele care provoacă alergii sunt înlocuite cu alte produse hipoalergice, fiind prezentate în tabelul de mai jos.

Tabelul 1. Produse hipoalergice recomandate pentru copii prezenți în instituțiile preșcolare, cu alergii alimentare

Produse alimentare premise	Produse alimentare nerecomandate
Formule lactate acidulate (fermentate), unt	Lapte integru da vacă și alte specii, lapte acru
Crupe: orez, hrișcă, ovăs, meiul	Crupe de griș, porumb, cereale
Legume: cartofi, varză, dovlecel, morcov (fiert), castraveți	Legume: bostan, sveclă, tomate, vinete, mazăre, fasole, ridiche, mărar, pătrunjel, salată
Fruite: mere, pere, prune proaspete și uscate, cireșe albe; la copil mare vișine, coacăză.	Fruite: exotice, căpșune, zmeură, persic, abricos, zămos, ananas, mango, citrusuri. Sucuri conservate, compoturi
Carne: doar fiartă bine (în 2 ape) de curcan, iepure, vită; individual gălbenuș fiert	Carne găină, vițel, rață, gîscă, subproduse, bulion, nuci, halva, ciupercci, miere, cvas

Sursa: [5]

Așadar, în acest context am investigat meniurile din 10 grădinițe – 5 private și 5 publice (de stat), penru a identifica metodele aplicate în cazul preșcolarilor care manifestă intoleranțe sau alergii alimentare, iar rezultatele sunt următoarele:

1) Grădinițele private vizate: Star Kids Education & Sport; Mickey Mouse; **Erudio; Umnitsa - întocmesc meniuri separate pentru copiii cu o anumită alergie sau intoleranță alimentară sau tehnologia de preparare este una diferită, conform necesităților individuale. În unele cazuri, rațiile zilnice sunt elaborate în colaborare cu nutriționistul.**

2) Grădinițele publice vizate: „Porumbeii”, r-nul Telenești s. Ciulucani; „Guguță”, r-nul Telenești; grădinița nr 197 „Făguraș” or. Chișinău , grădinița nr 211, or. Chișinău - dacă copilul este alergic, părintele informează instituțiile preșcolare care sunt produsele alimentare contraindicate. Acestea sunt cazuri concrete de care se ține cont. Este obligația părintelui de a anunța educatorul despre starea de sănătate a copilului, necesitățile alimentare ale copilului stabilite de medic iar mâncarea se înlocuiește cu alt aliment sau se gătește separat.

În Republica Moldova nu există o statistică cu referire la preșcolarii care manifestă intoleranțe și/sau alergii alimentare, probabil din motiv că sunt cazuri rar întâlnite în țara noastră comparativ cu alte state ale lumii dar conform analizei, fiecare instituție preșcolară publică sau privată este implicată și interesată de sănătatea fiecărui copil, astfel contribuind la evitarea sau înlocuirea alergenilor în caz de necesitate.

CONCLUZII/ RECOMANDĂRI:

1. Intoleranțele și alergiile alimentare la preșcolari, sunt într-o continuă creștere în toate statele lumii, iar factorii fiind multipli: genetica, genul, rasa, etnia și starea fiziologică a copilului iar singura metodă de profilaxie fiind evitarea acestor alergeni.

2. În topul produselor care provoacă alergii sunt: produsele lactate, ouăle, arahidele, soia, peștele și fructele de mare; alimente cu potențial alergen scăzut sunt: merele, perele, caisele, morcovul.

3. În rezultatul analizei meniurilor din 10 instituții preșcolare din Republica Moldova 5 de stat și 5 private, amplasate în orașul Chișinău, s-a constatat că în instituțiile preșcolare private pentru copiii care atestă intoleranțe sau alergii alimentare, se implimentează meniuri individuale conform necesităților copilului, iar în cele 5 instituții publice amplasate în r-nul Telenești: „**Porumbeii**”, „**Guguță**”, „**Andrieș**” și **două grădinițe din orașul Chișinău: nr 197 „Făguraș”, grădinița nr 211**, s-a constatat că există un singur meniu unic (vară/iarnă), iar în cazul în care copilul manifestă intoleranță sau alergii alimentare, produsul potențial alergen – se exclude și se înlocuiește cu altul sau se modifică tehnologia de preparare.

REFERINȚE BIBLIOGRAFICE:

1. Dr. Kelly, *Boli de nutriție ale copilului*. New York 2011, pag 288-289.
2. Valentina, Calmăș. *Fundamentele nutriției umane. Note de curs*. Editura ASEM, Chișinău, 2020, pag.143-150
3. Надё Кари *У меня на это аллергия*. Editura Эксмо, Moscova:2021,pag 35-42
4. Ordinului Ministerului Sănătății nr.638 din 12.08.2016, accesat 24.05.2022
5. <https://statistica.gov.md/>, accesat 24.03.2022

**Conducători științifici: CALMĂȘ Valentina, dr.,conf. univ.,
TABUNȘCIC Olga, dr., conf. univ.,**
Academia de Studii Economice din Moldova,
Republica Moldova, Chișinău, str. Bănulescu-Bodoni 61, www.ase.md
**tel. +37379241751, e-mail: calmas.valentina@ase.md
tabunscic.olga@ase.md**