

# Pentingnya Pahami Risiko Alergi Pada Si Kecil dan Dampaknya Terhadap Proses Belajar

SEP 15, 2025

Alergi susu sapi pada anak bisa jadi membuat Mam bingung. Ini karena susu jadi salah satu andalan asupan nutrisi untuk tumbuh kembang si Kecil. Memilih susu yang hipoalergenik seperti S-26 Procal GOLD pHPro 3 bisa membantu Mam menurunkan risiko alergi, sekaligus mendukung tumbuh kembangnya, termasuk proses belajar si Kecil.

## Hubungan Alergi dan Proses Belajar si Kecil

Proses belajar si Kecil sebenarnya sudah dimulai sejak ia dilahirkan. Lewat berbagai stimulasi, si Kecil akan mulai belajar dari dunia sekitarnya melalui pengalaman yang ia jalani.

Sayangnya, berbagai kondisi sangat mungkin memengaruhi tumbuh kembang si Kecil sehingga dapat memengaruhi proses belajarnya. Pemberian nutrisi yang kurang optimal, kurangnya stimulus, hingga kondisi kesehatan tertentu dapat memengaruhi proses belajarnya.

Alergi susu sapi pada si Kecil bisa juga memengaruhi proses belajarnya. Terutama karena gejala alergi pada anak bisa sangat mengganggu, sehingga si Kecil kesulitan untuk berkonsentrasi dengan stimulus yang ada di sekitar atau bahkan ketika sedang sesi bermain bersama Mam.

Ditambah lagi, gejala alergi terkadang serupa dengan penyakit lain sehingga Mam kesulitan mencari penyebabnya. Akibatnya, si Kecil pun terus merasakan gejalanya untuk waktu yang lebih lama.

# Gejala Alergi Susu Sapi pada Anak

Intoleransi laktosa (yang berasal dari susu sapi) berbeda ya, Mam, dengan alergi susu sapi pada anak. Biasanya, gejala intoleransi laktosa akan tampak di saluran cerna. Sementara, meski saluran cerna si Kecil bisa terdampak, gejala alergi susu sapi lebih umum terlihat di kulit atau pernapasan.

Beberapa gejala alergi susu sapi yang mungkin langsung muncul pada anak dan perlu Mam waspadai, antara lain:

- Biduran
- Mengi atau napas berbunyi
- Gatal-gatal, terupa di area bibir atau mulut
- Batuk atau sesak napas
- Bibir atau wajah bengkak

Selain itu, beberapa gejala ini mungkin butuh waktu sampai Mam akhirnya menyadari:

- Muntah
- Diare atau BAB berdarah
- Sakit perut
- Hidung berair
- Mata berair
- Kolik

Gejala-gejala inilah yang akhirnya mengganggu si Kecil dan akhirnya mengganggu proses belajarnya.

## Penyebab Alergi pada Anak

Alergi adalah reaksi sistem imun yang berlebihan. Artinya, alergen (penyebab alergi), yang umumnya tidak berbahaya justru dianggap sebagai suatu yang berbahaya sehingga tubuh si Kecil bereaksi dan mengeluarkan histamin sebagai upaya pertahanan diri.

Penyebab alergi susu sapi pada anak umumnya disebabkan oleh protein yang dalam susu sapi, yakni kasein ataupun *whey*.

Ada beberapa faktor yang menyebabkan si Kecil lebih berisiko mengalami alergi susu sapi dibandingkan anak lainnya, seperti:

- Riwayat dalam keluarga, anak berisiko tinggi alergi jika kedua orang tua juga memiliki riwayat alergi
- Memiliki dermatitis atopik
- Memiliki alergi lainnya

Baca Juga : Kenali 7 Ciri-Ciri Bayi Alergi Susu Sapi Berikut Ini!

# Dampak Alergi terhadap Proses Belajarsi Kecil

Alergi susu sapi dapat memunculkan gejala dermatitis atopik. Apalagi, anak yang punya dermatitis atopik juga diketahui lebih berisiko mengalami alergi susu sapi.

Sebuah penelitian yang dimuat dalam *International Journal of Molecular Sciences* menyebutkan ada hubungan antara alergi, seperti dermatitis atopik, terhadap kemampuan belajar si Kecil, seperti:

## 1. Susah Tidur

Rasa gatal yang muncul akibat reaksi alergi bisa mengganggu si Kecil dan membuatnya sulit tertidur. Saat si Kecil sulit tidur, konsentrasinya pun terganggu, bahkan ia bisa jadi lebih rewel di siang hari.

## 2. Susah Fokus dan Hiperaktif

Anak yang mengalami dermatitis atopik, salah satunya akibat susu sapi, juga bisa mengalami susah fokus dan hiperaktif.

Ada sekitar 5-8% anak yang mengalami ADHD dari yang mengalami dermatitis atopik.

Ini menyebabkan kemampuan belajarnya menurun, susah tidur, akhirnya berdampak pada proses belajarnya.

## 3. Kecemasan

Si Kecil yang mengalami dermatitis atopik juga cenderung lebih rewel dan memiliki *mood* yang buruk. Mereka juga cenderung lebih cemas dibandingkan anak yang tidak memiliki dermatitis atopik.

# Langkah Pencegahan Alergi pada Anak

Untuk mencegah terjadinya alergi di awal kehidupan, Mam perlu melakukan cek risiko alergi pada si Kecil berdasarkan riwayat alergi pada keluarga. Atau, Mam bisa melakukan pengecekan melalui halaman website Kami di sini.

Jika risiko alergi pada anak medium atau tinggi, Mam perlu konsul ke dokter anak untuk meminta saran, nutrisi apa yang sebaiknya diberikan pada anak.

Jika anak sudah berusia 1 tahun, Mam bisa memilih susu S-26 Procal GOLD pHPro 3 dari Nestlé. S-26 Procal GOLD pHPro 3 adalah susu pertumbuhan yang dulunya bernama Nan Kid PH Pro. Walau hadir dengan nama yang berbeda, formulasi dalam S-26 Procal GOLD pHPro 3 tetap sama, jadi manfaatnya tetap sama baiknya.

Susu S-26 Procal GOLD pHPro 3 juga mengandung berbagai nutrisi, seperti omega-3 dan 6, DHA, kolin dan zat besi, yang dapat membantu mendukung proses belajar si Kecil.

Dengan kandungan protein, vitamin dan mineral, serta serat pangan kegunaan susu yang dulunya dikenal dengan Nan PhPro ini jadi lebih kaya, seperti:

- Mendukung perkembangan otak anak
- Meningkatkan kemampuan kognitif si Kecil
- Mendukung si Kecil tumbuh aktif
- Meningkatkan daya tahan tubuh si Kecil

Jadi, pastikan Mam memilih produk terbaik untuk si Kecil sehingga ia tetap aktif bergerak dan mengoptimalkan proses belajarnya.

## Frequently Asked Questions

### 1. Mengapa penting memahami risiko alergi pada si Kecil?

Memahami risiko alergi pada si Kecil penting untuk mencegah gangguan kesehatan yang dapat memengaruhi aktivitas sehari-hari, termasuk proses belajar. Alergi, seperti alergi susu sapi, bisa menyebabkan gejala seperti gangguan pencernaan, ruam kulit, atau kesulitan tidur yang dapat mengurangi konsentrasi dan menurunkan kemampuan belajar anak.

### 2. Bagaimana alergi dapat memengaruhi proses belajar si Kecil?

Anak dengan alergi sering merasa tidak nyaman akibat gejalanya, seperti gatal-gatal atau gangguan pencernaan. Kondisi ini dapat mengganggu tidur mereka, menurunkan energi, dan membuat fokus belajar di sekolah maupun di rumah menjadi menurun.

### 3. Bagaimana cara mengetahui apakah si Kecil cocok dengan susu PH Pro?

Sebelum memberikan susu PH Pro, konsultasikan terlebih dahulu dengan dokter atau ahli gizi anak untuk memastikan bahwa susu ini cocok untuk kondisi alergi si Kecil. Dokter juga dapat membantu memantaunya setelah konsumsi susu PH Pro untuk memastikan bahwa nutrisi yang diterima sudah sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang anak.

## Source

UCLA Health. To the untrained eye, kids' seasonal allergy symptoms may look like learning disability. Dari: <https://www.uclahealth.org/news/article/to-the-untrained-eye-kids-seaso...> Diakses pada 18 Juli 2025

Kids R Kids. How Allergies Affect Children's Behavior & How to Help Them. Dari: <https://kidsrkids.com/avalon-park/2023/03/20/allergies-childrens-behavi...> Diakses pada 18 Juli 2025

Raising Children Network. Learning for babies and young children. <https://raisingchildren.net.au/babies/play-learning/learning-ideas/lear...> Diakses pada 18 Juli 2025

Mayo Clinic. Milk allergy - Symptoms & causes. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/milk-allergy/symptoms-ca...> Diakses pada 18 Juli 2025

PubMed Central. aediatric Atopic Dermatitis: The Unexpected Impact on Life with a Specific Look at the Molecular Level. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11083669/>. Diakses pada 18 Juli 2025

Bagikan sekarang