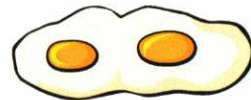
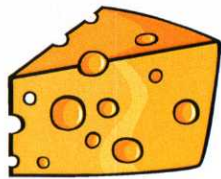


Reconociendo y Respondiendo a los Alérgenos Alimentarios

Los Alérgenos Alimentarios Más Comunes

Leche y Productos Lácteos



Huevos y Ovoproductos



Pescados y Mariscos



Trigo



Cacahuets y Frutos Secos, como las Pacanas y Nueces



Soya y Productos de Soya

Definición-

El número de personas con alergias a alimentos en Estados Unidos está en aumento. Hay indicios específicos de que un cliente está teniendo una reacción alérgica. Dependiendo de cada persona, la reacción alérgica puede producirse inmediatamente después de haber consumido el alimento o varias horas después. Para proteger a sus clientes, usted y todo su personal debe de estar consciente de los alérgenos más comunes en alimentos y los platos del menú que los contengan, además de reconocer los indicios de las reacciones alérgicas y saber cómo reaccionar.

Información-

Los alérgenos más comunes en alimentos se derivan de los siguientes productos: Leche y productos lácteos; Huevos y sus productos; Pescados y mariscos; Trigo; Soya y sus productos; Cacahuets y nueces de árbol, como pacanas y nueces de Castilla.

Si una persona tiene una reacción alérgica a la comida, algunos de los síntomas pueden ser cualquiera de los siguientes, e incluso todos.

- Comezón en la zona de la boca, el rostro o el cuero cabelludo
- Retortijones abdominales, vómito o diarrea
- Hinchazón de la cara, los ojos, las manos o los pies
- Restricción en la garganta
- Restricción en la garganta
- Pérdida de la conciencia
- Urticaria
- Muerte

Si alguien está teniendo una reacción alérgica llame de inmediato al teléfono de emergencias de su localidad.

Proceso para Prevenir Reacciones Alérgicas-

1. Familiarícese con los platos del menú de cada día.
2. Evite el contacto cruzado para que los alérgenos no se transfieran del alimento que los contiene al plato que se vaya a servir y que esté libre de alérgenos.

Proceso para Evitar el Contacto Cruzado de los Alimentos-

1. No use el mismo aceite para cocinar diferentes tipos de alimentos.
2. No coloque alimentos en superficies que hayan sido tocadas por alérgenos pues esto produce contacto cruzado.
3. Lave, enjuague y desinfecte la batería, los utensilios y el equipo antes de preparar los alimentos.
4. Lávese las manos y cámbiese los guantes con frecuencia al preparar los alimentos.
5. Asigne equipo específico para preparar alimentos para clientes con alergias o para grupos de alimentos alérgicos comunes.

You Should Know

1. Nombre por lo menos 4 de los grupos de alimentos alérgicos más comunes.
2. Nombre por lo menos 5 de los síntomas más comunes a los alimentos alérgicos.
3. Nombre 3 cosas que puede hacer para evitar el contacto cruzado.