

# Concientización de los empleados del servicio de alimentos sobre los alérgenos

Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas / División de Protección al Consumidor / Sección de Alimentos y Medicamentos / Operaciones de Seguridad Alimentaria al Minoreo

Los alérgenos alimentarios representan un **GRAVE** riesgo para su salud y la de sus clientes, e incluso pueden causar la **MUERTE**. Sin embargo, algunas sencillas medidas pueden garantizar que usted y sus clientes estén plenamente informados y que todos disfruten de una experiencia segura. Una reacción alérgica es una respuesta del sistema inmunitario. En algunas personas, una alergia alimentaria puede causar síntomas graves o incluso una reacción potencialmente mortal conocida como *anafilaxia*.

## 9 principales alérgenos alimentarios



Cacahuates



Mariscos Crustáceos



Huevos



Frutos Secos



Trigo



Pescado



Leche



Soya



Sésamo/Ajonjolí

## Síntomas de una reacción alérgica

- Urticaria
- Piel rojiza o sarpullido
- Hormigueo o comezón en la boca
- Inflamación de la cara, lengua o labios
- Vómito o diarrea
- Calambres abdominales
- Tos o respiración sibilante
- Mareo o vertigo
- Inflamación de garganta o cuerdas vocales
- Dificultad para respirar
- Pérdida del conocimiento

## Respuesta a reacción alérgica

¡Llame al 911 y solicite atención médica de emergencia!

- Dígale a la persona que experimente cualquiera de estos síntomas que deje de comer el alimento inmediatamente.
- Si la persona tiene medicación de emergencia, como *epinefrina*, y necesita usarla, **los empleados capacitados** pueden ayudar a la persona a administrarse el medicamento.



## Procedimientos para prevenir una reacción alérgica

### 1. Concientización de los empleados de servicios alimentarios:

- Familiarícese con el menú actual.
- Identifique los principales alérgenos alimentarios utilizados en el establecimiento de comida.
- Póngase en contacto con su supervisor para obtener la información necesaria sobre alérgenos.

### 2. Evite el contacto cruzado de alérgenos:

- Utilice superficies de corte diferentes antes y después de manipular alimentos con alérgenos.
- Limpie y desinfecte el equipo y las superficies en contacto con los alimentos antes y después de manipular alimentos con alérgenos.
- Lávese las manos y cámbiese los guantes antes y después de manipular posibles alérgenos alimentarios.

## Factores de riesgo de la alergia alimentaria

- Contacto cruzado de alérgenos con alimentos que no los contienen
- Edad
- Falta de información sobre el menú
- Asma
- Historia familiar
- Falta de conocimientos
- Otras alergias



TEXAS  
Health and Human  
Services

Texas Department of State  
Health Services