

# ALÉRGENOS ALIMENTARIOS

Todos los empleados deben conocer los ocho alérgenos principales.

## Persona Encargada:

La Persona Encargada (PE; PIC, en inglés) tienen que capacitar y sensibilizar a los empleados sobre los principales alérgenos alimentarios.

## Los Ocho Alérgenos Principales



Mariscos



Pescado



Huevos



Leche



Soya (Soja)



Frutos de cáscara



Cacahuates



Trigo (Gluten)

## Síntomas

- Urticaria
- Enrojecimiento de la piel o salpullido
- Hormigueo o picazón alrededor de la boca
- Hinchazón de la cara, lengua o labios
- Vómito o diarrea
- Calambres abdominales
- Tos o silbido al respirar
- vértigo o mareo
- Hinchazón de las cuerdas vocales o la garganta
- Dificultad para respirar
- Pérdida del conocimiento

**¡Llame al 911 si alguien tiene problemas!**

## ¿Qué debe hacer?

- 1 Tome en serio lo que dice el cliente**
  - Escuche atentamente
  - Informe al cocinero de la alergia alimentaria
  - Tenga presente los alérgenos que se esconden en los alimentos como las salsas, sopas, aliños (aderezos), y aceites
  - Informe al cliente y pregúntele cómo puede acomodar sus necesidades.
- 2 Evite el Contacto Cruzado**
  - Mantenga separadas las ordenes sin alérgenos de principio a fin.
  - Empiece de cero – con todo limpio: manos, guantes, área de trabajo, utensilios, platos y ollas.
  - Verifique la orden antes de servirla; sólo sírvala si está libre de alérgenos