

Alergias alimentarias

Lo que necesita saber

Millones de personas tienen alergias alimentarias que pueden ser leves a potencialmente mortales. Los nueve alérgenos alimentarios más comunes son los siguientes:



Trigo



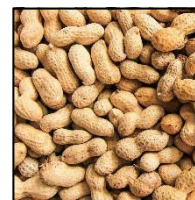
Leche



Sésamo



Pescado



Maní



Soja



Mariscos crustáceos



Huevos



Frutos secos

Siempre permítale al huésped tomar su propia decisión informada.

Cuando un huésped le avise que alguien tiene una alergia alimentaria, siga las cuatro R a continuación:

- Remita la preocupación sobre la alergia alimentaria al gerente del departamento o a la persona a cargo.
- Revise la alergia alimentaria con el cliente y compruebe las etiquetas de los ingredientes.
- Recuerde comprobar el procedimiento de preparación para evitar una posible contaminación cruzada.
- Responda al cliente y hágale saber sus conclusiones.

Evite fuentes de contaminación cruzada:

- Aceites de cocina, salpicaduras y vapor procedentes de la cocción de alimentos.
- Alimentos con alérgenos que tocan o entran en contacto con alimentos sin alérgenos (por ejemplo, un *muffin* con frutos secos en contacto con un *muffin* sin frutos secos).

Cualquier elemento para la comida utilizado en la elaboración de alimentos sin alérgenos debe limpiarse y desinfectarse a fondo antes de su uso, incluso:

- Todos los utensilios (es decir, cucharas, cuchillos, espátulas, pinzas), tablas de cortar, recipientes, ollas, moldes, bandejas y superficies de preparación.
- Freidoras y parrillas.
- Lávese las manos y cámbiense los guantes luego de manipular posibles alérgenos alimentarios.

Si un huésped tiene una reacción alérgica, llame al 911 e informe a la administración.

Visite <https://health.maryland.gov/phpa/OEHFP/OFPCHS/Pages/Food-Allergies.aspx> para obtener más información, incluso el Programa de Certificado de Epinefrina de Emergencia para instalaciones de servicios alimentarios.