

Las alergias a los alimentos pueden ser graves

Hasta una pequeña cantidad del alimento que produce una alergia puede ser perjudicial

Los 8 alimentos más comunes que producen alergias son:



Maníes



Huevos



Frutos secos



Leche



Pescado



Trigo



Moluscos



Soya

Síntomas comunes de las alergias alimentarias.

Los signos de alergia alimentaria más común y los síntomas incluyen:

- Hormigueo o picazón en la boca
- Urticaria, comezón o eccema
- Hinchazón de los labios, cara, lengua y garganta u otras partes del cuerpo
- Resuello, congestión, nasal, o problemas respiratorios
- Dolor abdominal, diarrea, náusea
- Mareos o desmayos

Llame al 911 si un cliente está experimentando 2 or más de los síntomas anteriores.

Si un cliente le informa a un mesero que tiene una reacción alérgica a un alimento, el mesero debería:

- Preguntarle al chef o al encargado si el alimento que causa la alergia se encuentra en la comida que el cliente ordenó o si ese alimento estuvo en contacto con el plato que el cliente pidió
- Decirle al cliente lo que el chef o el encargado le informó
- *¡Nunca adivine! ¡Debe Hacer preguntas!*

El personal de cocina y los meseros pueden hacer lo siguiente para prevenir la contaminación cruzada:

- Controlar todos los ingredientes y leer las etiquetas de los alimentos envasados
- Lavarse las manos
- Cambiarse los guantes
- Limpiar las superficies de trabajo
- Nunca usar un equipo o los utensilios que se utilizaron para preparar otros comidas
- Nunca usar los aceites que se utilizaron para preparar otras comidas
- Evitar salpicaduras y derrames
- Mantener el plato terminado lejos de los demás platillos

Anafilaxia

En algunas personas, una alergia alimentaria puede desencadenar una reacción severa alérgica llamada anafilaxia

- Constricción o estrechamiento de las vías respiratorias
- Inflamación de garganta o la sensación de un nudo en la garganta
- Choque con una caída severa de la presión
- Pulso rápido
- Mareos, aturdimiento o perdida de la conciencia

Sin tratamiento, la anafilaxia puede provocar coma o incluso la muerte. Llame inmediatamente al 911 si el cliente está experimentando los síntomas de la anafilaxia.

Llame al 911 si el cliente tiene una reacción alérgica



