

Las alergias a las comidas pueden ser graves

Incluso una pequeña cantidad de la comida que causa la alergia puede ser dañina

Los síntomas de una reacción alérgica incluyen:

- Pérdida de la conciencia
- Falta de aire
- Picazón u hormigueo en o alrededor de la boca, la cara, el cuero cabelludo, las manos y los pies
- Urticaria
- Hinchazón de la cara, párpados, lengua, labios, manos o pies
- Opresión en la garganta
- Aparición repentina de vómitos, calambres o diarrea

Las **9** comidas más comunes que causan alergias:

Cuando un cliente informa a un mesero de una alergia a las comidas, el mesero debe:

- Preguntarle al chef o al gerente si la comida que causa la alergia está en el plato pedido o si estuvo en contacto con él.
- Decirle al cliente lo que dijo el chef o el gerente.
- *¡Nunca haga suposiciones!
¡Haga preguntas!*

De qué manera el personal de cocina y los meseros pueden prevenir la contaminación cruzada:

- Revisen todos los ingredientes; lean las etiquetas de la comida envasada
- Lávense las manos
- Cámbiense los guantes
- Limpie las superficies de trabajo
- Nunca usen un equipo o utensilio que se haya usado para preparar otras comidas
- Nunca usen aceites con los que se prepararon otras comidas
- Eviten salpicaduras y derrames
- Mantengan el plato terminado separado de otros platos



Maníes



Huevos



Frutos secos



Pescado



Leche



Sésamo



Trigo



Soja



Mariscos

Esta entidad designó a _____ empleados como oficiales de seguridad alimentaria que completaron un programa de capacitación sobre alérgenos alimentarios aprobado por el Comisionado del Departamento de Salud del Condado de Westchester (Westchester County Department of Health). Si tiene alguna alergia a las comidas o una necesidad de dieta especial, avísele a un miembro del personal.