

Guía del Instructor: Capítulo 8

Alérgenos

Con una Semana de Anticipación

Vea el capítulo en el video.

Determine como presentar el entrenamiento.

Determine si quiere agregar algo más al cuestionario basado en la información que presente y que es específica del programa o los programas de alérgenos de su instalación.

Determine el tamaño de la clase e imprima el número de copias necesarias del cuestionario.

Contenido Sugerido para la Introducción

¿A cuántos de ustedes les han dicho que son alérgicos a algo?

No es inusual hacer esa pregunta y ver muchas manos levantarse. Las alergias son muy comunes. “Alérgeno” es la palabra a lo cual la persona es alérgica. Probablemente nosotros oímos más sobre alergias como por polen de ambrosia o polen de algunas otras plantas. De algunas personas que son alérgicas al piquete de abeja y a otras mordidas de insectos. Algunos son alérgicos a la penicilina u otro medicamento. Una razón por lo que los guantes desechables de plástico han comenzado a generalizarse en su uso es porque algunas personas son alérgicas al látex en los guantes de caucho. Hay muchas diferentes clases de alergias.

Muchas de las reacciones alérgicas no son serias: por ejemplo, las que causan escurrimiento nasal o erupción en la piel. Pero otras reacciones alérgicas pueden ser tan serias que pueden causar la muerte. En algunos casos el ataque de alergia puede producir un ataque de asma o un choque anafiláctico. A las víctimas se les cierran por inflamación los conductos de aire impidiéndoles respirar o sus órganos empiezan a dejar de funcionar. Afortunadamente, solo un número pequeño de personas han tenido reacciones alérgicas así de violentas.

Algunas personas son alérgicas a ciertos ingredientes en los alimentos que el resto de nosotros puede comer sin preocupación. Si comemos cacahuates (maní) o mantequilla de cacahuate (maní) regularmente, es un poco difícil de entender cómo es que algunas personas pueden enfermarse con tan solo una pizca de estos – una pequeña partícula del tamaño del polvo. Es por eso que las líneas aéreas no sirven mas cacahuates (maní) como tentempié. Algunas personas dicen haberse enfermado con solo haber estado en la misma cabina del avión con alérgenos.

Y es por eso que nosotros en la industria de los alimentos necesitamos saber acerca de alergias en estos y que podemos hacer para ayudar a evitar que nuestros clientes se enfermen o que lleguen a morir por un alérgeno en los alimentos que no sabían que estaban ahí.

Cuando un alérgeno es un ingrediente en un producto entra en contacto con otro producto que se supone no lo tiene, se le llama “cruce de contaminación”.

Veremos un video sobre alérgenos en los alimentos y como protegerlos de cruces de contaminación. Luego habrá tiempo para sus preguntas y al final un pequeño cuestionario.

Contenido de la lección por video

Los alérgenos son un serio problema

Uno de cada cuatro niño norteamericano tiene alguna alergia a alimentos (Centro Nacional de Estadísticas de Salud de los Estados Unidos).

Alergias pueden resultar en muerte por choque anafiláctico o ataque de asma severa.

90 por ciento de las reacciones a alergias a alimentos son causados por un pequeño grupo de alimentos.

Los ocho mayores alérgenos (USA)

Cacahuates (maní)

Nueces

Leche y productos lácteos

Pescados

Crustáceos y mariscos

Semillas de soja, y productos de soja

Trigo, productos de trigo

Canadá agrega

Semilla de ajonjolí

Sulfitos

Las etiquetas deben indicar claramente si un producto contiene uno de los mayores alérgenos.

Esto puede ser hecho con una declaración separada, por ejemplo “contiene cacahuete” o

el alérgeno claramente identificado en la lista de ingredientes. En algunos casos, el origen del alérgeno debe ser enlistado en paréntesis después del nombre del ingrediente – por ejemplo: “Suero”- seguido por “leche” en paréntesis.

Debemos proteger contra cruces de contaminación (un alérgeno de un producto o en la lista de ingredientes que se metan en otro producto).

Cruces de contaminación pueden ocurrir donde los alimentos o ingredientes son...

- Recibidos
- Almacenados
- Formulados
- Procesados
- Empaquetados

Siga las normas de la compañía en lo referente al:

- Registro de envío recibido y otros registros de mantenimiento.
- Etiquetado apropiado de envases de ingredientes y lotes.
- Recipientes cerrados y sellados.
- Nunca sustituya un ingrediente por otro sin aprobación.

La documentación debe contener:

- Identidad del producto
- Cantidad
- Día y fecha
- Donde fue almacenado

Si su responsabilidad incluye el etiquetado y empaquetado, asegúrese de que todas las etiquetas son correctas y reporte cualquier existencia de etiquetas/empaques pasados de fecha o con una lista incorrecta de ingredientes.

Seis reglas claves acerca de alérgenos.

- Guarde y almacene los alimentos con ingredientes alergénicos para que no contaminen otros productos.
- Este alerta a actividades, condiciones que puedan causar cruce de contaminación.
- Use solo los utensilios y equipos designados cuando trabaje con productos alimenticios.
- Solo mezcle lotes cuando esto es específicamente aprobado y cuando ha checado la

verificación de la identidad de los lotes.

Verifique la información del empaque y etiquetas, especialmente después de un cambio de un producto a otro.

Siempre siga apropiados procedimientos de limpieza y sanidad.

Cuestionario - Disponible para ser impreso en un archive separado al del CD de entrenamiento.

1. ¿Cuál de las siguientes respuestas es la verdadera sobre alergias?
 - A. Alergias por alimentos son comunes, pero no de serias condiciones medicas.
 - B. Una persona debe ingerir una gran cantidad de alérgenos antes de tener una seria reacción alérgica.
 - C. Algunas personas tienen severas alergias a alimentos que pueden resultar en choques anafilácticos y muerte.

2. ¿Cuántas categorías de los principales alimentos alérgenos están enlistados por las agencias regulatorias de alimentos los Estados Unidos?
 - A. 8
 - B. 38
 - C. 4

3. Canadá agrega dos otros principales alérgenos a la lista. Estos son...
 - A. semillas de ajonjolí y sulfitos.
 - B. brócoli y habas verdes.
 - C. pollo y carne de res.

4. Cruces de contaminación con un alérgeno pueden ocurrir...
 - A. en cualquier parte en la instalación desde donde los ingredientes son recibidos hasta el área donde el producto es empacado y sellado.
 - B. solo en las áreas en donde los ingredientes alimenticios están siendo mezclados para hacerse el producto.
 - C. solo en las áreas de entrega y almacenaje.

5. ¿Cuál de los siguientes grupos de ingredientes no contiene ninguno de los principales alérgenos?

- A. Cacahuates (maní), nueces, soja.
- B. Leche, productos lácteos, trigo, productos de trigo.
- C. Zanahorias, lechugas, calabaza.
- D. Pescados, mariscos y crustáceos.

Guía de respuestas

- 1. C
- 2. A
- 3. A
- 4. A
- 5. C