



FOOD ALLERGIES



Understanding food allergens is key in making sure your customers have a safe dining experience. The food safety manager and staff must know the most common food allergens and the symptoms they can cause in sensitive individuals.



EGGS



MILK



WHEAT



SOY



FISH



SHELLFISH



TREE NUTS



PEANUTS

Symptoms of an Allergic Reaction

- Sneezing, Coughing
- Itching Around Face or Neck
- Wheezing, Difficulty Breathing
- Dizziness
- Unconsciousness
- Vomiting, Diarrhea, Cramping
- Swelling of Face, Throat, Tongue or Lips
- Itching or Tingling in Mouth
- Hives
- Coma or Death

Wash hands thoroughly before and after handling allergens.

Handle allergens as though they will contaminate any surface or food they touch.

Call 911 if a customer is experiencing a severe allergic reaction

For more information on allergens visit www.fda.gov/food/ingredientspackaginglabeling/foodallergens



ALERGIAS A LOS ALIMENTOS

Es muy importante el tener conocimiento acerca de los alérgenos alimentarios para asegurarse de que los clientes de su restaurante tengan una experiencia agradable y sin riesgos causados por alergias. El Gerente Certificado en Seguridad de Alimentos y el personal del restaurante deben conocer los alérgenos alimentarios más comunes y estar familiarizados con los síntomas que pueden causar a personas que tienen sensibilidad (alergias) a esas comidas.



HUEVOS



LECHE



TRIGO



SOYA (SOJA)



MOLLUSCOS



CACAHUATES



NUECES DE ÁRBOL



PESCADO

Síntomas de una Reacción Alérgica

- Estornudos y tos
- Dificultad para Respirar, Sibilancia (Wheezing)
- Picazón en la cara o el cuello
- Mareo
- Inconsciencia (Desmayo)
- Vómitos, diarrea, cólicos
- Hinchazón de la cara, garganta, lengua, o labios
- Picazón o hormigueo en la boca
- Urticaria
- Estado de Coma y hasta la Muerte

Lávese bien las manos antes y después de manejar los alérgenos. Maneje los alérgenos como si ellos pudieran contaminar cualquier superficie o comida que toquen.

Llame al 911 si un cliente está sufriendo una reacción alérgica severa

Para más información sobre alergias revise www.fda.gov/food/ingredientspackaginglabeling/foodallergens

County of San Diego || Department of Environmental Health || Food and Housing Division

(858) 505-6900 || www.sdcdeh.org