

Nine Major Food Allergens

Dairy



Eggs



Fish



Shellfish



Wheat



Soy



Peanuts



Tree Nuts



Sesame Seeds



Symptoms of Allergic Reactions

- Loss of consciousness
- Shortness of breath, wheezing or difficulty breathing
- Itching or tingling in or around the face, scalp, hands or feet
- Hives or welts
- Swelling of the face, eyelids, tongue, lips, hands or feet
- Tightening of the throat or difficulty swallowing
- Sudden onset of vomiting, cramps or diarrhea

A food allergy is an abnormal response to a food triggered by the body's immune system. Once exposed to the allergen, the allergic individual can suffer a mild to life-threatening reaction. The only control is avoidance of the food. Despite taking precautions, allergic people may be unknowingly exposed to an allergen.

The Person in Charge shall be knowledgeable of all major food allergens and the symptoms that an allergen could cause in a sensitive individual who has an allergic reaction.

Los Nueve Alérgenos Alimentarios Principales

Lechería



Huevos



Pescado



Crustáceos



Trigo



Soya



Cacahuates



Nueces de Árbol



Semillas de sésamo



Síntomas De Una Reacción Alérgica

- Pérdida del conocimiento
- Falta de aire, sibilancias o dificultad para respirar
- Picazón u hormigueo en o alrededor de la cara, el cuero cabelludo, las manos o los pies
- Urticaria o verdugones
- Hinchazón de la cara, párpados, lengua, labios, manos o pies
- Apretamiento de la garganta o dificultad para tragar
- Inicio repentino de vómitos, calambres o diarrea

Una alergia alimentaria es una respuesta anormal a un alimento desencadenada por el sistema inmunitario del cuerpo. Una vez expuesto al alérgeno, el individuo alérgico puede sufrir una reacción leve a potencialmente mortal. El único control es evitar la comida. A pesar de tomar precauciones, las personas alérgicas pueden estar expuestas a un alérgeno sin saberlo.

La persona encargada debe conocer todos los alérgenos alimentarios principales y los síntomas que un alérgeno podría causar en una persona sensible que tenga una reacción alérgica.