

MEDIDAS DE PREVENCIÓN A LA ALERGIA ALIMENTARIA

Información para
el público en general

MEDIDAS DE PREVENCIÓN

- Aportar el certificado médico en el comedor escolar para evitar confusiones e informarse del menú que va a consumir.
- Leer siempre los ingredientes de los alimentos que se vayan a utilizar en la preparación del menú, teniendo cerca el listado de sustancias a las que se es alérgico/intolerante para comprobar las etiquetas.
- Cocinar primero la comida del alérgico para evitar contaminaciones y contactos.
- Manipular cuidadosamente los utensilios (mejor si son exclusivos para el alérgico). No usar el mismo aceite o plancha para cocinar. Higienizar todas las superficies de trabajo.
- Cuidado con alimentos como masas, bechamel, caldos para sopas y sopas, pan rallado.
- Eliminar totalmente el alérgeno de la dieta, tanto el alimento en sí como los distintos productos que lo puedan llevar como ingrediente. Ante la duda, no tomarlo.
- Tener cerca la medicación oportuna, especialmente en casos de alergias muy graves.