

# Evite el contacto cruzado

Mantenga la seguridad de los comensales con alergias a alimentos. Incluso una pequeña cantidad del alérgeno puede causar una severa reacción alérgica que puede ser mortal.

Contacto cruzado	Contaminación cruzada
Se produce cuando un alérgeno se transfiere involuntariamente de un alimento a otro	Se produce cuando los microorganismos, como las bacterias, contaminan los alimentos
Puede causar reacciones alérgicas a alimentos	Puede causar enfermedades transmitidas por alimentos
La cocción adecuada NO reduce o elimina la posibilidad de una reacción alérgica a los alimentos	La cocción adecuada puede reducir o eliminar las posibilidades de enfermedades transmitidas por alimentos



Siempre lávese las manos y cámbiese los guantes entre la preparación de diversos elementos del menú



Limpie y desinfecte las superficies entre cada elemento del menú: encimeras, tablas de cortar, parrillas, etc.



Utilice siempre utensilios limpios para la preparación de alimentos: ollas, bandeja de horno, utensilios, tablas de cortar, etc.



Prepare las comidas sobre barreras tales como tabla de cortar, papel de aluminio, papel deli, etc.



**Recuerde:** Si se comete un error, debe empezar de nuevo y rehacer la comida libre de alérgenos

**Limpieza adecuada para eliminar los alérgenos**



Lave con agua caliente jabonosa



Enjuague con agua limpia



Seque con un paño limpio



LECHE



TRIGO



HUEVOS



SOJA



MARISCOS



CACAHUETES



NUECES DE ÁRBOLES



PESCADOS

## Los 8 alérgenos principales

Pero más de 170 alimentos han causado reacciones alérgicas a alimentos

# Fuentes de contacto cruzado

Fuentes de contacto cruzado	Ejemplo:
Manos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trabajar con camarones y luego preparar una ensalada</li> <li>Tocar almendras y luego hacer una pasta</li> </ul>
Utensilios, tablas de cortar, bandejas de horno, ollas y sartenes	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizar la misma espátula para voltear una hamburguesa sin queso luego de una hamburguesa con queso</li> <li>Rebanar el queso y las verduras en la misma tabla de cortar</li> </ul>
Superficies de preparación y cocción	<ul style="list-style-type: none"> <li>Preparar diferentes tipos de sándwiches en la misma encimera</li> <li>Cocinar el pescado y el pollo en la misma parrilla</li> </ul>
Vapor, salpicaduras, polvo de harina y migas	<ul style="list-style-type: none"> <li>El vapor de la cocción de pescado o mariscos toca alimentos cercanas</li> <li>La harina para hornear panqueques salpica en el tocino</li> </ul>
Refrigeradores, congeladores y áreas de almacenamiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>El aderezo ranchero gotea en una vinagreta almacenada en un estante inferior</li> <li>La leche se escapa a la margarina almacenada en la misma estantería</li> </ul>
Freidoras y aceites de cocina	<ul style="list-style-type: none"> <li>Preparar papas fritas en una freidora luego de freír filetes de pollo</li> <li>Reutilizar el aceite de cocina para saltear las judías verdes después saltear pescado</li> </ul>
Condimentos, mantequillas y jalea/ mermeladas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zambullir en un tarro de mermelada un cuchillo que se usó para untar mantequilla de maní</li> <li>Que la punta de una botella de catsup toque pechuga de pollo empanizado</li> </ul>
Métodos rápidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sacar con las manos los crotones de una ensalada</li> <li>Raspar huevos fuera un plato</li> </ul>

**Limpieza adecuada para eliminar los alérgenos**



Lave con agua caliente jabonosa



Enjuague con agua limpia



Seque con un paño limpio

**Para cada nuevo elemento, debe tener limpio:**

**Manos**  
Guantes sin látex

**Utensilios**  
Superficies

**Aceite y agua**  
Ollas/sartenes/bandeja de horno



LECHE



TRIGO



HUEVOS



SOJA



MARISCOS



CACAHUETES



NUECES DE ÁRBOLES



PESCADOS

**Los 8 alérgenos principales**

Pero más de 170 alimentos han causado reacciones alérgicas a alimentos