



Su Profesionalidad es la Primera Línea de Defensa.

Guía de actuación ante reacciones alérgicas graves para equipos de restauración.

Los Dos Pilares de la Responsabilidad Profesional



PILAR 1: PREVENCIÓN PROACTIVA

Las acciones diarias para garantizar la seguridad de cada cliente y evitar que ocurra una emergencia.



PILAR 2: RESPUESTA DE EMERGENCIA

El protocolo de actuación claro y eficaz que se debe seguir si una reacción grave ocurre.

PILAR 1: La Prevención es la Mejor Estrategia

Minimizar los riesgos es una responsabilidad compartida, desde la cocina hasta la sala.



Todo Empieza con una Pregunta: "¿Tiene alguna Alergia?"



Consultar Siempre

Preguntar de manera clara y proactiva si el cliente tiene alguna alergia alimentaria debe ser una práctica rutinaria.



Conocer el Menú

Todo el personal debe conocer los ingredientes de cada plato, incluyendo alérgenos ocultos en salsas o condimentos.



Comunicar con Precisión

Responda con seguridad. Si tiene dudas sobre un ingrediente, verifique con el chef antes de confirmar al cliente.



La Contaminación Cruzada es un Riesgo Invisible: Cómo Evitarla.

Utensilios y Superficies Separados

- Utilizar utensilios, tablas de cortar y recipientes exclusivos para preparar alimentos sin alérgenos.
- Limpiar y desinfectar a fondo todas las superficies de trabajo tras manipular alimentos con alérgenos.



Higiene Personal Rigurosa

- Lavarse las manos antes y después de manipular alimentos, especialmente los que contienen alérgenos.
- Usar guantes y cambiarlos con frecuencia para no transferir alérgenos.



La Seguridad del Cliente es un Esfuerzo de Todo el Equipo



Capacitación Continua

Todo el equipo, desde la cocina hasta el servicio, debe estar formado para identificar y actuar ante una emergencia alérgica.



Etiquetado Claro

Garantizar que todos los ingredientes y productos estén correctamente etiquetados, especificando claramente los alérgenos.



Control Estricto

Llevar un control riguroso para evitar la presencia accidental de alérgenos en los platos de clientes alérgicos.





PILAR 2: Actuar con Calma y Eficacia en una Emergencia

Saber qué hacer y en qué orden es fundamental cuando cada segundo cuenta.

Primer Paso Crítico: Reconocer los Síntomas de Alerta



Urticaria (ronchas con picor)



Hinchazón (especialmente en cara, labios, lengua)



Dificultad para respirar



Mareos o pérdida de conocimiento



Vómitos o diarrea



Dolor abdominal

Secuencia de Actuación: 7 Pasos para una Respuesta Eficaz



1

Mantener la calma.



2

Reconocer los síntomas.



3

Llamar a emergencias (112).



4

Administrar adrenalina (si la persona dispone de autoinyector).



5

Mantener al paciente cómodo y tranquilo.



6

No dar alimentos o bebidas.



7

Proporcionar información al personal médico.

Acciones Inmediatas: Los Primeros 90 Segundos

PASO 1: MANTENGA LA CALMA

Por qué: El pánico impide actuar con rapidez y eficacia. Su tranquilidad es crucial.

PASO 3: LLAME A EMERGENCIAS

*Cómo: Marque el **112**. Es el número único de emergencias en España. Actúe de inmediato.*

112

Cómo Asistir al Paciente Mientras Llega la Ayuda

Mantener al Paciente Cómodo:

- Si está consciente: Ayúdele a sentarse o recostarse.
- Si presenta mareos: Recuéstela con las piernas elevadas.
- Si pierde la consciencia: Colóquela de lado en posición lateral de seguridad.

No Dar Nada por Vía Oral:

- No ofrecer comida ni bebida.

Preparar la Información:

- Tenga listos los detalles de lo que el paciente consumió y los síntomas que observó para informar a los servicios de emergencia.



Guía Visual: Cómo Usar un Autoinyector de Adrenalina



1.

Preparación: Sostener el autoinyector con la mano dominante y retirar la tapa protectora.



2.

Ubicación: Colocar la punta en la parte externa del muslo.



3.

Inyección: Presionar con firmeza contra el muslo (en un ángulo de 90 grados) hasta oír un "clic". Mantener presionado durante 10 segundos.



4.

Retiro: Retirar el autoinyector y masajear suavemente la zona durante 10 segundos.

Autoinyector de Adrenalina: Puntos Críticos a Recordar



Ubicación Correcta: La inyección es **SÓLO** en la parte externa del muslo. **NUNCA** en una vena o en los glúteos.



Mantener la Presión: Es esencial mantener el autoinyector presionado firmemente durante 10 segundos completos para asegurar la dosis correcta.



La Ayuda Médica es Obligatoria: Llame siempre al 112, **incluso si los síntomas mejoran** tras la inyección. La atención médica profesional es imprescindible.

Prevención Informada y Reacción Preparada: Su Profesionalidad Salva Vidas.

Estar bien informado, actuar con cuidado y mantener una comunicación constante son las claves para garantizar una experiencia segura. Su compromiso con los dos pilares —la prevención diligente y la respuesta calmada— protege a sus clientes y define la excelencia en su profesión.

