

Cartas al Editor

1. Escuela de Nutrición, Universidad Hispanoamericana. San José, Costa Rica.
 - a. Licenciada en Nutrición
 - b. Máster en Ingeniería Industrial

Recibido: 05/05/2023

Aprobado: 18/06/2023

Correspondencia:

Carol Castillo Gonzalo

Email:

karol.castillo0673@uhispano.ac.cr

ORCID: [0000-0001-7139-3620](https://orcid.org/0000-0001-7139-3620)

Citar como:

Castillo-Gonzalo C, Jirón-Popova Y. Manejo Integral de alérgenos alimentarios en la producción, preparación y servicio de alimentos: una perspectiva multidisciplinaria. Rev Hisp Cienc Salud. 2023; 9(2): 162-163. DOI: [10.56239/rhcs.2023.92.650](https://doi.org/10.56239/rhcs.2023.92.650)

Manejo Integral de alérgenos alimentarios en la producción, preparación y servicio de alimentos: una perspectiva multidisciplinaria

Comprehensive management of food allergens in food production, preparation, and service: a multidisciplinary perspective

Carol Castillo-Gonzalo^{1a}, Yaroslava Jirón-Popova^{1b}

Señor Editor. La gestión de alérgenos en los servicios de alimentación al público se ha convertido en una imperiosa necesidad, en consonancia con el aumento global de la población afectada por alergias e intolerancias alimentarias. En países europeos, las alergias afectan al 1.4-2.4% de adultos, al 7.5% de niños y alrededor del 10% de personas atópicas¹, siendo una tendencia que se refleja en todo el mundo. Para garantizar la actualización de la norma Codex, la FAO y la OMS han dirigido su atención hacia los alérgenos alimentarios².

Los servicios de alimentación al público, como restaurantes, enfrentan la responsabilidad primordial de las reacciones alérgicas en los consumidores. En España, el 70% de estas reacciones tuvieron origen en restaurantes comerciales³, destacando la necesidad de normativas que aborden adecuadamente la gestión de los alimentos alérgicos.

A pesar de que en Costa Rica no se disponga de datos consolidados sobre la prevalencia de alergias alimentarias, un estudio de la Universidad de Costa Rica en 2020 reveló que el 74% de los encuestados afirmó tener alergias

alimentarias o convivir con alguien que las padece⁴.

Los operadores de alimentos deben establecer procedimientos documentados para la gestión segura de alérgenos en cada etapa de los servicios de alimentación⁵. Una gestión inadecuada puede conducir a niveles no declarados de alérgenos o a contaminación no intencionada, lo cual representa un riesgo para las personas con alergias alimentarias⁶.

Para mitigar estos riesgos, es esencial identificar y declarar la presencia de alérgenos, reducir el contacto cruzado durante la manipulación y servicio, y evitar su presencia involuntaria en los alimentos⁷. La capacitación y concientización del personal son cruciales para lograr una gestión adecuada⁸.

La comunicación de los alérgenos en el menú es esencial y puede lograrse mediante íconos que alerten al consumidor sobre ingredientes perjudiciales para su salud. Una encuesta realizada por la UCR mostró que el 99% de los participantes considera necesario este tipo de rotulación⁴.

En Costa Rica, algunos restaurantes han incorporado opciones exclusivas para

1. Escuela de Nutrición, Universidad Hispanoamericana. San José, Costa Rica.
 - a. Licenciada en Nutrición
 - b. Máster en Ingeniería Industrial

Recibido: 05/05/2023

Aprobado: 18/06/2023

Correspondencia:

Carol Castillo Gonzalo

Email:

karol.castillo0673@uhsalud.com

ORCID: 0000-0001-7139-3620

Citar como:

Castillo-Gonzalo C, Jirón-Popova Y. Manejo Integral de alérgenos alimentarios en la producción, preparación y servicio de alimentos: una perspectiva multidisciplinaria. *Rev Hisp Cienc Salud*. 2023; 9(2): 162-163. DOI: [10.56239/rhcs.2023.92.650](https://doi.org/10.56239/rhcs.2023.92.650)

personas con intolerancia al gluten, reconociendo la creciente demanda de alimentos especiales⁹. En contraste, en Europa existe una normativa que obliga la declaración de 14 alérgenos en servicios de alimentación desde 2016¹⁰.

En resumen, es esencial implementar programas integrales para la gestión de alérgenos en todas las etapas del proceso alimentario, desde la planificación del menú hasta el servicio al cliente. Esto implica revisar etiquetas al recibir materias primas, establecer medidas de control para evitar contacto cruzado en la cocina y capacitar al personal de manera continua. La comunicación efectiva es clave para una gestión exitosa.

Conflictos de interés

La autora declara no tener conflictos de interés

Financiamiento

Autofinanciado.

Referencias Bibliográficas

1. García BE, Gómez B, Arroabarren E, Garrido S, Lasa E, Anda M. La alergia alimentaria en el siglo XXI. *Anales Sis San Navarra* [Internet]. 2003 [citado 14 de junio de 2023];26(Suppl 2):07-15. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272003000400002&lng=es.
2. Luna Baque YS, Rodríguez Baque IA, Alcocer Díaz S. Alergia alimentaria y alérgenos en la población latinoamericana. *MQRInvestigar* [Internet]. 31 de enero de 2023 [citado 14 de junio de 2023];7(1):1777-92. Disponible en: <http://www.investigarmqr.com/ojs/index.php/mqr/article/view/237>.
3. Brito-Sánchez L, Suárez-Ortega SM. Emprendimiento en el sector de la restauración: la gestión de la información alimentaria en materia de alérgenos. *Rev Emprend Neg Int* [Internet]. 2018 [citado 16 de junio de 2023]; Disponible en: https://accedacris.ulpgc.es/bitstream/10553/70536/2/8_emprendimiento_en_el_sector.pdf.
4. "Millennials" reconocen que las alergias alimentarias pueden causar problemas graves de salud [Internet]. Universidad de Costa Rica. [citado 16 de junio de 2023]. Disponible en: <https://www.ucr.ac.cr/noticias/2020/10/07/millennials-reconocen-que-las-alergias-alimentarias-pueden-causar-problemas-graves-de-salud.html>.
5. De Alimentos UEPLP. Componentes de un plan eficaz de control de alérgenos [Internet]. Unl.edu. [citado 16 de junio de 2023]; Disponible en: <https://farrp.unl.edu/fcbf5345-2ad6-40d4-8dfc-d74b5a7f11bb.pdf>.
6. Código de prácticas sobre la gestión de los alérgenos alimentarios por parte de los operadores de empresas de alimentos cxc 80-2020 [Internet]. Fao.org. [citado 16 de junio de 2023]. Disponible en: <https://acortar.link/Bo4i1e>
7. Alérgenos: gestión en operadores alimentarios [Internet]. Higieneambiental.com. [citado 16 de junio de 2023]. Disponible en: <https://higieneambiental.com/alergenos-en-operadores-alimentarios>.
8. Guía en gestión de alérgenos en Servicios de alimentación [Internet]. Inavirtual.ed.cr. [citado 16 de junio de 2023]. Disponible en: <https://www.inavirtual.ed.cr/course/view.php?id=6945¬ifieditingon=1>.
9. Nuevos menús para alérgicos [Internet]. Larepublica.net. [citado 19 de junio de 2023]. Disponible en: https://www.larepublica.net/noticia/nuevos_menus_para_alergicos.
10. 5 ejemplos de Menús con Alérgenos [Internet]. Menutech.com. [citado 19 de junio de 2023]. Disponible en: <https://acortar.link/Bo4i1e>

