



Servicio de Inocuidad e Inspección de los Alimentos
Departamento de Agricultura de los Estados Unidos

Información sobre Inocuidad de Alimentos



PhotoDisc

Alergias e Inocuidad de Alimentos

La alergia hacia alimentos es una respuesta potencialmente seria, en reacción a la ingestión de ciertos alimentos o aditivos. Para aquellos quienes son sensitivos, una reacción puede ocurrir en cuestión de minutos u horas, y los síntomas pueden variar de leve a potencialmente fatales. Las ocho causas principales de alergias a los alimentos son la leche, los huevos, el pescado, los mariscos, las nueces, el maní, el trigo y la soya. Ambas Agencias, tanto el Servicio de Inocuidad e Inspección de Alimentos (FSIS, por sus siglas en inglés) como la Administración de Drogas y Alimentos (FDA, por sus siglas en inglés) tienen leyes que requieren que todos los ingredientes en productos alimenticios estén incluidos en la etiqueta del producto.

¿Qué es la alergia hacia los alimentos?

Una alergia alimentaria es un tipo de reacción adversa específica a los alimentos, la cual es estimulada en el sistema inmunológico. El cuerpo produce una alergia, o inmunoglobulina E (IgE), un anticuerpo a algún alimento. Una vez que un determinado alimento se ingiere y enlaza con el anticuerpo de IgE, se produce una reacción alérgica.

¿Cuántos norteamericanos padecen de alergia hacia los alimentos?

Las alergias hacia alimentos afectan a un estimado de 2% de los adultos y 8% de los niños en los Estados Unidos. Cada año, se estima que 30,000 reacciones anafilácticas hacia los alimentos resultaron en visitas a salas de emergencia, 2,000 hospitalizaciones y 150 muertes.

¿Cuáles son los síntomas de reacciones alérgicas hacia los alimentos?

La reacción alérgica hacia alimentos es la causa principal de anafilaxis; una reacción súbita, grave y potencialmente mortal. La anafilaxis puede ser causada por alergia a alimentos, picada de insectos o medicamentos.

Los síntomas de alergia hacia los alimentos aparecen típicamente desde minutos hasta dos horas luego de haber ingerido alimentos para los cuales se es alérgico. Las reacciones alérgicas pueden incluir:

- Urticaria
- Enrojecimiento de la piel o erupción
- Hormigueo o sensación de picazón en la boca
- Hinchazón de la cara, lengua y/o labios
- Vómitos y/o diarrea
- Calambres abdominales
- Tos o sibilancias
- Mareos
- Inflamación de garganta o cuerdas vocales
- Dificultad al respirar
- Disminución en la presión sanguínea
- Pérdida de conciencia

¿Qué debe hacer una persona que experimente síntomas causados posiblemente por alergia a algún alimento?

Las personas con una alergia conocida que comienzan a experimentar síntomas, mientras ó después de ingerir alimentos, deben iniciar tratamiento inmediatamente e ir a una sala de emergencia cercana si los síntomas empeoran.

Una pronta administración de epinefrina por un auto-inyector ("EpiPen") durante los síntomas tempranos de anafilaxis puede ayudar en la prevención de consecuencias serias.

El Servicio de Inocuidad e Inspección de los Alimentos es la agencia de salud pública dentro del Departamento de Agricultura de los EE.UU. responsable por asegurar que el suministro comercial de carnes, aves y productos de huevo de la nación sean inocuos, de buena calidad, y se etiqueten y empaquen de manera correcta.

Línea de Información sobre
Carnes y Aves
1-888-MPHotline
(1-888-674-6854)

¿Existe cura para la alergia causada por alimentos?

No hay cura para la alergia causada por los alimentos. Algunas de éstas alergias hacia alimentos pudieran superarse, y estudios demuestran que la severidad de las alergias causadas por los alimentos puede cambiar a través de la vida de las personas. La mejor forma de prevención es el evitar estrictamente los alérgenos en los alimentos.

¿Qué alimentos causan la mayoría de las alergias?

Mientras más de 160 alimentos pueden ser causantes de reacciones alérgicas en personas con alergia a los alimentos, la Ley de Etiquetado de Alérgenos Alimentarios y Protección al Consumidor (FALCPA, por sus siglas en inglés) identifica los ocho alérgenos más comunes en alimentos. A estos ocho alimentos se les adjudica el 90% de las reacciones alérgicas hacia alimentos. Estos son: leche, huevos, pescado (como el róbalo, lenguado, bacalao), crustáceos (como el cangrejo, la langosta y el camarón), frutos secos (tales como almendras, nueces, pacanas), cacahuets, trigo y soya. Estos ocho, y cualquier ingrediente que contenga proteínas derivadas de uno o más de ellos, se designan como los "principales alérgenos alimentarios" por el FALCPA, aprobado por el Congreso en 2004 y puesto en efecto en 2006.

¿Podrían las carnes rojas y las aves causar reacciones alérgicas?

Las alergias a carnes rojas son extremadamente raras en la población general.

De acuerdo a los Institutos Nacionales de Salud, las alergias a carne de aves es un trastorno diferente con reactividad cruzada entre el pollo, el pavo y otras aves de corral. Las personas alérgicas a huevos de gallina pueden reaccionar de forma cruzada con otros tipos de huevo (ej. el pato y huevos de codorniz) y aves de corral, especialmente el pollo. Aunque la mayoría de las personas son sensibles a los huevos, pueden comer pollo, hay una proteína que está presente tanto en huevos y aves de corral que pueden causar alergias a ambos tipos de alimentos.

¿Pueden tener las personas reacciones alérgicas a la carne y a productos de aves de corral?

Algunos productos de carnes y aves procesados (por ejemplo, salchichas, croquetas de pollo y sopas enlatadas) pueden ser formuladas con ingredientes conocidos como alérgenos, tales como leche en polvo sin grasa o proteína de trigo hidrolizada, los cuales deben ser

mencionados en la declaración de ingredientes. De esta forma, los consumidores podrán evaluar cuidadosamente la declaración de los ingredientes en todos los productos de carnes y aves de corral.

En adición a un etiquetado de ingredientes completo, el FSIS apoya las prácticas de exhortar el uso de información correcta en las etiquetas de productos, que alerte a las personas que son sensitivas o intolerantes a la presencia de ingredientes específicos. Por ejemplo, la frase "Contenido de: leche, gluten de trigo, soya" ha sido aceptada por la Agencia en la rotulación inmediata subsiguiente a la declaración de ingredientes. Además, se recomienda una mayor clarificación de los de ingredientes en el etiquetado, por ejemplo, "suero (de leche)," como un medio para informar a los consumidores que pueden ser alertados de un término más reconocible.

¿Cómo usted puede saber si los alimentos contienen un alérgeno importante?

Todos los productos alimenticios que contienen dos o más ingredientes son requeridos de llevar una declaración de ingredientes, enumerándolos por su nombre común o usual en orden descendiente de predominancia. Además, el 1 de enero de 2006 entró en vigor la Ley de Etiquetado de Alérgenos Alimentarios y Protección al Consumidor (FALCPA, por sus siglas en inglés), aprobada por el Congreso en 2004. Esta aplica sólo a los alimentos empacados para consumidores, que son regulados por la Administración de Drogas y Alimentos (FDA, por sus siglas en inglés). La FDA regula todos los alimentos, excepto los productos de carnes, aves de corral y huevos, que se rigen por el Servicio de Inocuidad e Inspección de Alimentos (FSIS, por sus siglas en inglés).

¿Cómo saber si los alimentos se producen en una instalación que también utiliza un ingrediente alérgico?

Los requisitos FALCPA para etiquetado no se aplican a la posibilidad de que los principales alérgenos alimentarios estén presentes sin intención en los alimentos, como resultado de situaciones de "contacto-cruzado" durante la manufacturación. Por ejemplo, a causa de equipos o líneas de procesamiento compartidos. En el contexto de "alérgenos alimentarios" el "contacto cruzado" se produce cuando un residuo o rastros de un alérgeno alimentario se incorpora en otro alimento inadvertidamente. De acuerdo con las guías del FDA para la industria de alimentos, se indica usar las siguientes advertencias: "podrían contener [alérgeno]" o "producidos en una facilidad que también utiliza [alérgeno]" no deben ser usado como sustituto para cumplir con las actuales buenas prácticas de fabricación, y deberán ser veraces y no engañosas. La FDA estudia la manera de gestionar el mejor uso de este tipo de declaraciones de fabricantes para informar mejor a sus consumidores.

En ciertas situaciones, las políticas del FSIS sobre el etiquetado de productos proveen el uso de declaraciones actuales sobre el ambiente alrededor de la fabricación de un producto, como por ejemplo: "producido en un establecimiento que utiliza maní", pudieran ser utilizadas cuando las prácticas de manufactura y procedimientos estándares de saneamiento (SSOPs, por sus siglas en inglés) son eficaces, pero no pueden eliminar razonablemente la presencia no deseada de ciertos ingredientes. Por ejemplo, cuando maní picado se utiliza en la manufactura de una mezcla de salsa con carne, estilo Thai. Existe la necesidad de un ambiente de procesamiento seco, por tanto, el equipo de producción no puede ser lavado con agua u otros líquidos. En este caso, el polvo de maní pudiera transportarse por el aire e inevitablemente contaminar otras carnes o productos avícolas elaborados en la misma zona de producción.

¿Se le aplica la ley de Etiquetado de Alérgenos en Alimentos y de Protección al Consumidor (FALCPA) a productos cárnicos, de aves de corral y de huevos bajo la jurisdicción del FSIS?

No. La FALCPA aprobada por el Congreso no modifica o implementa normas y políticas para los productos cárnicos, de aves de corral y de huevos en las leyes federales relacionados con éstas: la Ley Federal de Inspección de Carnes (FMIA, por sus siglas en inglés), la Ley de Inspección de Productos Avícolas (PPIA, por sus siglas en inglés), y la Ley de Inspección de Productos de Huevos (EPIA, por sus siglas en inglés). El FSIS recomienda el uso de declaraciones de alérgenos consistentes con FALCPA, y otras declaraciones que destacan la presencia o ausencia de ingredientes que podrían afectar la salud pública, en particular los "principales ocho" alérgenos. El FSIS considerará una reglamentación para requerir que los alérgenos estén declarados, si no se continúa observando a través de su sistema previo de aprobación de etiqueta, el cumplimiento voluntario del uso de declaraciones de alérgenos en las etiquetas de productos cárnicos, de aves de corral y de huevos. La guía de la Agencia para el cumplimiento de las normas sobre el uso de declaraciones de alérgenos pueden encontrarse en:

http://www.fsis.usda.gov/Regulations_&_Policies/Labeling_Allergens/index.asp

¿Pueden los ingredientes alimenticios causar reacciones alérgicas?

Sí, algunos ingredientes alimenticios puede causar reacciones alérgicas (por ejemplo, el concentrado de proteína de soya y la proteína de trigo hidrolizada). En todo caso, los ingredientes deben figurar en la etiqueta del producto, en la declaración de ingredientes en orden de peso; de la cantidad más grande al más pequeño.

Las sustancias tales como especias y extractos de especias, pueden ser declarados como "sabores naturales", "sabores", o "aroma natural" en el etiquetado de carnes y aves sin tener que nombrar cada uno. Esto se debe a que se utilizan principalmente por su contribución al sabor y no por su aporte nutricional.

¿Cómo se puede saber si hay glutamato monosódico (MSG) en carnes o productos de aves de corral procesados?

Por la regulación federal, el glutamato monosódico (MSG, por sus siglas en inglés) se clasifica como un intensificador de sabor. Cuando se añade a algún producto, debe ser identificado como "glutamato monosódico" en la etiqueta. El MSG y la proteína hidrolizada están relacionadas. El glutamato monosódico es la sal de sodio del ácido glutámico. El ácido glutámico es un aminoácido, uno de los componentes básicos de las proteínas. Se encuentra en casi todos los alimentos y, en abundancia, en los alimentos con alto contenido en proteínas, como la carne, el pollo, quesos y pescado. Es necesario incluirlo en la etiqueta cuando el MSG o la proteína hidrolizada se añade como un ingrediente directo.

Las sustancias tales como carne seca, caldo de ave, extractos de carne o proteína hidrolizada deben figurar en la etiqueta por su nombre común o usual, ya que su objetivo principal no es el sabor. Se pueden usar como intensificadores de sabor, estabilizadores o ligas o emulsificadores. Ellos deben ser etiquetados utilizando las especies de origen del aditivo, como por ejemplo, la carne seca, caldo de pollo, extracto de cerdo, o proteína de trigo hidrolizada.

¿Qué sucede si el FSIS descubre un alérgeno en un producto de carne o aves de corral que no aparece en la declaración de ingredientes?

El encontrar alérgenos no declarados en una carne de aves de corral resultaría en una retirada del producto. Un producto resulta tener una etiqueta errónea bajo la FMIA, PPIA o EPIA, si contiene ingredientes que están permitidos pero no declarados en el etiquetado del producto. El FSIS conduce rutinariamente cotejos de efectividad para verificar que las firmas que retiran productos del mercado notifiquen a sus clientes sobre las mismas y que se tomen medidas para asegurarse de que el producto ya no esté disponible a los consumidores. Para obtener más información sobre el retiro de estos productos o para recibir notificación por correo electrónico cuando se emitan retiros o alertas de salud públicas, visite: http://www.fsis.usda.gov/Fsis_Recalls/index.asp

¿Qué debe hacer usted si cree que productos alimenticios contienen un alérgeno que no está incluido en la declaración de ingredientes?

Diferentes agencias gubernamentales son responsables de proteger diferentes segmentos del suministro de alimentos. Para asistencia con carnes, aves de corral y productos de huevos, llame a la Línea de Información sobre Carnes y Aves libre de costos del Departamento de Agricultura (USDA Meat & Poultry Hotline): al 1-888-674-6854.

Para asistencia con productos alimenticios no cárnicos (cereales, pescado, productos agrícolas, jugos de frutas, pastas, quesos, etc.), llame o escriba a la Administración de Drogas y Alimentos. Coteje su directorio telefónico local, bajo Gobierno Federal, Departamento de Salud y Servicios Humanos, para localizar la oficina en su área. Puede comunicarse con el Centro para Inocuidad Alimentaria y Nutrición Aplicada del FDA en 1-888-723-3366.

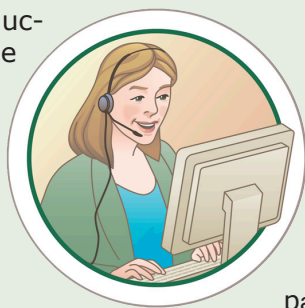
PARA MAS INFORMACIÓN

- Academia Americana de Alergia, Asma e Inmunología (American Academy of Allergy Asthma & Immunology). <http://www.aaaai.org/>
- Fundación Americana de Asma y Alergia (Asthma and Allergy Foundation of America) <http://www.aafa.org/>
- Asociación Americana de Dietética (Eatright: The American Dietetic Association) <http://www.eatright.org/>
- Información sobre alergia hacia los alimentos: FDA-CFSAN <http://www.fda.gov/Food/FoodSafety/Food-Allergens/default.htm>
- Información sobre alergia hacia alimentos y anafilaxis. (Food Allergy & Anaphylaxis Network), <http://www.foodallergy.org>. Para colocar una orden para publicaciones llame al 800-929-4040. Para preguntas, llame al 703-691-3179 (inglés).
- Fundación Concilio de Información Internacional de Alimentos / International Food Information Council Foundation http://www.foodinsight.org/Newsletter/Detail.aspx?topic=What_You_Need_to_Know_About_Food_Allergies
- Instituto Nacional sobre Alergias y Enfermedades Infecciosas/ National Institute of Allergy and Infectious Diseases <http://www.niaid.nih.gov>
- MedicAlert <http://www.medicalert.org>
- Base de Datos Nacional sobre Alimentos -
- National Food Safety Database <http://www.food-safety.gov>

¿Preguntas sobre inocuidad alimentaria?

Llame a la Línea de Información sobre Carnes y Aves

Si tiene preguntas sobre carnes, aves y productos de huevos, llame gratis a la Línea de Información sobre Carnes y Aves del Departamento de Agricultura de los EE.UU. al **1-888-674-6854**; para personas con problemas auditivos.



La Línea está abierta durante todo el año, de lunes a viernes, desde las 10 a.m. hasta las 4 p.m., hora del este (inglés y español). Puede escuchar mensajes grabados sobre la inocuidad alimentaria, disponibles durante las 24 horas del día. Visite la página electrónica, es Español, del FSIS, www.fsis.usda.gov/En_Espanol/index.asp.

Envíe sus preguntas por correo electrónico al **MPHotline.fsis@usda.gov**.

¡Pregúntele a Karen!

El sistema automático de respuestas del FSIS puede proveerle información sobre la inocuidad de los alimentos, 24 horas del día/7 días a la semana, y "charlas" en vivo durante las horas laborables de la Línea de información.



PregunteleKaren.gov