



Organización en la cocina para garantizar platos libres de alérgenos en el comedor escolar

27-03-2017

Una de las mayores preocupaciones en un servicio de restauración escolar es la que tiene que ver con las alergias e intolerancias del alumnado. La Asociación Española de Personas con Alergia a Alimentos y Látex (AEPNAA) ha editado una guía especialmente pensada para que sirva de ayuda y herramienta de trabajo a los profesionales de los comedores escolares. A continuación reproducimos el capítulo dedicado a la organización en la cocina.

La Asociación Española de Personas con Alergia a Alimentos y Látex (AEPNAA) lleva 20 años trabajando para ofrecer información y apoyo a los alérgicos a alimentos y látex y a sus familias, así como información y formación a los colectivos implicados en la educación, atención sanitaria y alimentación de dichas personas.

Con este objetivo, el año pasado publicó una nueva edición de su guía dirigida a centros educativos y comedores escolares donde se exponen todos los aspectos que se han de tener en cuenta para la escolarización segura del alumnado con alergia a alimentos y al látex. A continuación extraemos el capítulo dedicado a la organización en la cocina. En una próxima entrega publicaremos el capítulo que hace referencia al diseño y elaboración de los menús.

Todos los consejos de la guía están dirigidos a garantizar platos libres de alérgenos y por tanto evitar reacciones alérgicas en los comensales.

Identificación del alumnado con alergia a alimentos y látex

Todo el personal de cocina y comedor conocerá esta condición del alumno, con la confidencialidad necesaria de acuerdo a la legislación vigente (LOPD), previa autorización escrita de los padres/tutores legales. Así se situará en lugar visible solo para el personal:

- La ficha de identificación del alumno, que incluirá también los alimentos que aún no se han introducido en la dieta del

alumno y que por tanto habrá que evitar hasta que se compruebe su tolerancia en casa.

– **El listado de alimentos y productos prohibidos**, así como permitidos.

?– **El protocolo de actuación** ante una reacción alérgica, avalado por informe médico incluyendo el tratamiento pautado y teléfonos de contacto y emergencia.

Si la comida viene elaborada por una empresa externa, ésta debe conocer toda esta información.

Por otra parte, habrá un responsable de cocina y comedor que se encargará de:

- Mantener actualizada toda la información sobre el alumno.
- Establecer una comunicación eficaz tanto con la familia como con el personal del servicio y, en su caso, el catering.
- Coordinar y supervisar todas las actuaciones.

Coordinación con la familia

Se facilitará a la familia el menú mensual, por escrito, con indicación clara de los alérgenos tal y como aparecen en la legislación vigente y con la antelación suficiente para que se puedan introducir los cambios necesarios.

La familia informará de cualquier cambio en la alergia del alumno, especificando todos los alérgenos a evitar (es decir, si es a frutos secos, pescados, mariscos, cereales o legumbres, concretar a cuáles de ellos).

El servicio de cocina o catering podrá pedir colaboración a la familia en la elección de productos seguros para la alergia de su hijo.

Organización de la cocina

Las superficies de trabajo, menaje y espacio de almacenamiento preferiblemente **serán de uso exclusivo** para la elaboración del menú especial para evitar la contaminación cruzada.

Almacenamiento:

- Habrá un espacio exclusivo tanto en la despensa como en la nevera para almacenar la materia prima y los platos elaborados del menú especial, que deberán mantenerse separados del resto.
- Los productos para los alumnos con alergias se almacenarán en envases cerrados y convenientemente rotulados, con etiquetas de distinto color al resto y con el nombre del comensal, aislados del resto.
- Si se trata de alimentos envasados, se mantendrán siempre en sus envases originales y conservando el etiquetado intacto para posteriores consultas. No se vaciará su contenido en botes de cocina con el fin de evitar confusiones.

Superficies de trabajo y menaje:

- Superficies de trabajo y menaje exclusivos: ollas, sartenes, tablas de corte, cuchillos, raseras, plancha, pequeños electrodomésticos, bayetas, paños, ropa de trabajo... Es preferible evitar el uso de paños de tela y sustituirlos por papel de cocina.

Si no es posible el uso de utensilios y espacios exclusivos:

- Se extremará la limpieza de todos los utensilios, así como la de las superficies de trabajo (tablas de corte, encimera, fregadero...), para asegurar que no queden restos de alimentos que contienen el alérgeno.
- Si los espacios y equipos de cocinado son comunes, el menú especial se elaborará el primero y se almacenará en envases cerrados y convenientemente etiquetados.

Además se observarán los siguientes cuidados:

- Planchas o parrillas: si se ha cocinado un alimento con posibilidades de contener alérgeno, hay que limpiarlas.
- Horno: es recomendable tener bandejas y plásticos antiadherentes exclusivos para elaboraciones sin alérgenos, o hay que limpiarlos. Además se debe proteger el producto 'sin' de las contaminaciones elaborándolo en primer lugar.
- Freidora: si no se puede tener una freidora exclusiva, hay que recurrir a otra opción para freír, como una sartén o una cazuela, utilizando siempre aceite limpio de primer uso. Este aceite sí se puede usar después para elaboraciones con el mismo alérgeno o el menú básico.
- Microondas: debe limpiarse previamente el electrodoméstico y cocinar o calentar el alimento convenientemente tapado.

Higiene:

- Se extremará la limpieza especialmente cuando el menaje o las superficies de trabajo hayan entrado en contacto con el alérgeno para evitar la contaminación cruzada.
- Se debe extremar igualmente la higiene de las manos, sobre todo después de manipular el alérgeno.
- El procedimiento de limpieza debe ser húmedo. Los productos desinfectantes sólo eliminan microorganismos, pero no

alérgenos. Debe limpiarse bien con agua y jabón, preferiblemente enzimático.

– El personal encargado de la limpieza debe estar formado en alergia como estrategia de reducción de riesgos.

Uso de guantes: no existe ninguna normativa que obligue a usar guantes para la manipulación de alimentos y, aunque tampoco está prohibido, los expertos lo desaconsejan, ya que el uso inadecuado de guantes, que crea una falsa sensación de limpieza, puede ocasionar contaminación cruzada de un alimento que contiene o está contaminado a otro que no. Así, la recomendación de la Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición (AECOSAN) al respecto es el lavado riguroso de manos con agua y jabón cada vez que sea necesario.

En todo caso, si por necesidades reales de protección de la piel del trabajador o las características del trabajo se precisa el uso de guantes, tanto la AECOSAN como la Academia Española de Dermatología y Venereología (AEDV), así como el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT) coinciden en recomendar que se evitará el uso de guantes de látex en la manipulación de alimentos, donde no es necesario y existen alternativas menos alérgicas, por dos motivos:

- La transferencia de partículas de látex a los alimentos puede ocasionar reacciones en personas con alergia a este material.
- Riesgo de sensibilización al látex del trabajador que los usa de manera continuada.

Si se usan guantes, la AEDV recomienda el nitrilo sin polvo para el procesamiento de carnes, aves y pescados, así como el guante de polietileno para el catering, cambiando los guantes para prácticas distintas. Por su parte, la AECOSAN recomienda hacerlo de manera que cualquier fragmento que pueda desprenderse se distinga fácilmente del alimento, y prescindiendo de anillos o relojes, entre otros.

– Descárgate la guía completa

Noticias Relacionadas

- Vital en colectividades: ¿cómo administrar la adrenalina en caso de reacción alérgica?
- Carta abierta del colectivo de las personas con alergia, a la restauración colectiva
- Consejos para la producción de menús basales y menús sin alérgenos en una misma cocina
- La falta de formación en algunos comedores escolares pone en riesgo a los niños alérgicos
- Colonias de verano y alergias alimentarias; la clave está en prevenir, planificar e integrar
- La Semana Mundial de las Alergias, nueva oportunidad para la concienciación
- La alergia alimentaria en la escuela; ¿cómo se debe actuar si surgen problemas?