

Alérgenos MANÍ



Que alimentos lo pueden contener, síntomas, causas, que hacer en caso de reacción alérgica.

La alergia al maní es una de las causas más frecuentes de ataques de alergia graves. Cantidades muy pequeñas de maní pueden causar una reacción grave en algunas personas, incluso al punto de poner en riesgo su vida.

Alimentos que lo pueden contener:

- Los frutos secos molidos o las mezclas de frutos secos
- Los alimentos horneados, como las galletas dulces y las masas
- Los helados y los postres helados
- Las barras energéticas
- Los cereales y la granola
- Los panes integrales



Síntomas de la alergia:

- Reacciones en la piel como urticaria, enrojecimiento o hinchazón
- Picazón u hormigueo en la boca y en la garganta o alrededor de ellas
- Problemas digestivos como diarrea, cólicos estomacales, náuseas o vómitos
- Estrechamiento de la garganta
- Falta de aire o sibilancias
- Goteo de la nariz



Causas de las reacciones:

- **Contacto directo:** La causa más frecuente de la alergia al maní es comer maní o alimentos que contienen maní. El contacto directo de la piel con el maní puede desencadenar una reacción alérgica.
- **Contacto cruzado:** Introducción no intencional de maní a un producto. Es el resultado de la exposición de un alimento al maní durante su procesamiento o manipulación.
- **Inhalación:** Se puede provocar una reacción alérgica al inhalar polvo o aerosoles que lo contengan.

Al día siguiente, decorar con las fresas cortadas en trozos y las hojas de menta. Servir y... ¡ya disfrutar!

www.nestlepostres.es

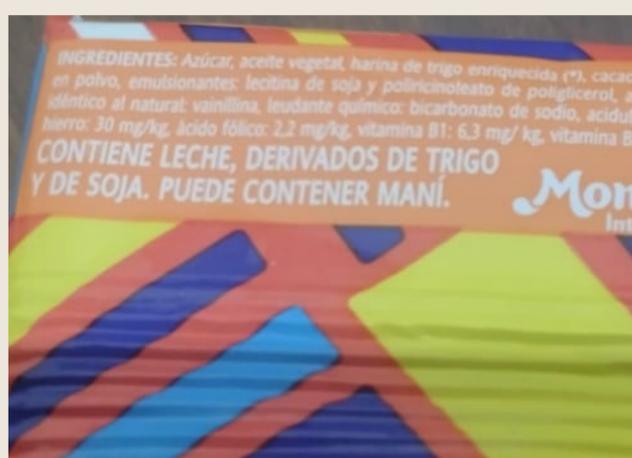
CHOCOLATE BLANCO Ingredientes: Azúcar, leche en polvo, manteca de cacao, emulgente (lecitina de girasol), extracto de vainilla. Puede contener trazas de cacahuete, frutos secos y soja. Conservar en lugar fresco y seco.

Hablemos
Servicio de información al consumidor NESTLÉ
Apartado de Correos 1404
08080 Barcelona
902 112 113
www.nestle.es

APTO PARA UNA DIETA SIN GLUTEN

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	Por 100g	Por porción (5 onzas)	% CDO*
Valor energético	2328kJ 558 kcal	598 kJ 143 kcal	7%
Proteínas	8,3 g	2,1 g	4%
Hidratos de carbono	55,3 g	14,2 g	5%
de los cuales azúcares	55,3 g	14,2 g	16%

NUTRITIONAL COMPASS®
Velsid
Gastronomía Cia



¿Qué hacer en caso de reacción alérgica grave?

La alergia al maní es la causa más común de la anafilaxis inducida por alimentos, una emergencia médica que requiere un tratamiento con un autoinyector de epinefrina (adrenalina)

La anafilaxia se caracteriza por:

- Constricción de las vías respiratorias
 - Hinchazón de la garganta que dificulta la respiración
 - Un marcado descenso de la presión arterial.
 - Mareos, aturdimiento o pérdida del conocimiento
- Su prevalencia ha aumentado a nivel mundial en las últimas décadas, llegando a ser entre 5 - 8% en niños y entre 1 - 2 % en adultos.

fuentes:

Mayo Clinic Family Health Book 5ta edición
Alergias Alimentarias, Requena Peláez
Alergias alimentarias. Reacciones adversas a alimentos y aditivos alimentarios - 5a edición