

The background features abstract geometric shapes in teal and grey. A large teal shape is at the top right, and a grey shape is at the top left. A large grey shape is in the middle, and a teal shape is at the bottom right. The text is centered on a white background.

# **Guía didáctica**

SANP003PO. Alergias e intolerancias alimentarias

## INTRODUCCIÓN

Muchas personas, presentan alergia y/o intolerancia a ciertos alimentos. Este hecho, puede manifestarse en las mismas en forma de acidez, cólicos, dolor abdominal o diarrea, que pueden ocurrir tras ingerir ciertos alimentos como: huevo, leche de vaca y productos lácteos o trigo y otros granos que contengan gluten, entre otros.

La alergia a los alimentos es menos común que las intolerancias. Nuestro cuerpo, se protege contra sustancias potencialmente nocivas, como bacterias o virus, a través del sistema inmunitario. Asimismo, también reacciona ante sustancias extrañas, como los alérgenos.

## OBJETIVO GENERAL

Adquirir conocimientos de las diferentes técnicas de elaboración y conservación de distintos grupos de alimentos para la prevención de alergias e intolerancias alimentarias en restauración; reconociendo e interpretando la documentación sobre alergias e intolerancias alimentarias; identificando los principales alimentos causantes de éstas y analizando y aplicando las técnicas de servicio en las distintas elaboraciones.

## CONTENIDO

SANP003PO	Alergias e intolerancias alimentarias	50 horas
UA1	<b>Caracterización de las alergias e intolerancias alimentarias</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definición de alergia e intolerancia alimentaria.</li> <li>• Tipos de alergias e intolerancias alimentarias.</li> <li>• La rueda de los alimentos.</li> </ul>	7
	Cuestionario de autoevaluación	0,5
	Actividad de evaluación	0,5
	<b>Tiempo total de la unidad de aprendizaje</b>	<b>8</b>
UA2	<b>Identificación de los principales alimentos causantes de alergias e intolerancias alimentarias</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipos de alérgenos contemplados en la normativa.</li> <li>• Principales alimentos causantes de alergias e intolerancia.                             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Leche</li> <li>○ Huevos.</li> <li>○ Pescado y marisco.</li> <li>○ Frutos secos.</li> <li>○ Cereales.</li> <li>○ Legumbres.</li> <li>○ Frutas.</li> <li>○ El látex</li> </ul> </li> <li>• Prevención de riesgos en alergias alimentarias.                             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Selección de productos</li> <li>○ Contaminación cruzada</li> <li>○ Limpieza y eliminación de alérgenos de las superficies.</li> </ul> </li> </ul>	18
	Cuestionario de autoevaluación	0,5
	Actividad de evaluación	0,5
	<b>Tiempo total de la unidad de aprendizaje</b>	<b>19</b>

SANP003PO	Alergias e intolerancias alimentarias	50 horas
UA3	<b>Elaboración de ofertas gastronómicas y/o dietas adecuadas para el tratamiento de necesidades alimenticias específicas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dieta hiposódica.</li> <li>• Dieta hipocalórica.</li> <li>• Dieta hipercalórica.</li> <li>• Dieta y anemia.</li> <li>• Dieta baja en azúcar.</li> <li>• Dieta para la osteoporosis.</li> <li>• Dieta astringente.</li> <li>• Dieta de protección gástrica.</li> <li>• Antiulcerosa común.</li> <li>• Dieta pobre en grasa.</li> <li>• Protección Biliar.</li> <li>• Dieta laxante.</li> <li>• Dieta para reducir el ácido úrico. Hiperuricemia.</li> </ul>	11
	Cuestionario de autoevaluación	0,5
	Actividad de evaluación	0,5
	<b>Tiempo total de la unidad de aprendizaje</b>	<b>12</b>
UA4	<b>Realización de elaboraciones culinarias actas para personas con alergias e intolerancias alimentarias.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Productos sustitutivos para personas con alergias.                             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Proteína de la leche de vaca.</li> <li>○ Huevos.</li> <li>○ Pescado y marisco.</li> <li>○ Anisakis</li> <li>○ Frutos secos.</li> <li>○ Cereales.</li> <li>○ Legumbres.</li> <li>○ Frutas.</li> </ul> </li> <li>• Intolerancia al gluten.</li> <li>• El uso del látex en la manipulación de los alimentos.</li> </ul>	9
	Cuestionario de autoevaluación	0,5
	Actividad de evaluación	0,5
	<b>Tiempo total de la unidad de aprendizaje</b>	<b>10</b>
<b>Prueba de evaluación final tipo test</b>		<b>1</b>