



**SANP003PO. Alergias e intolerancias alimentarias**

## Objetivos

---

### □ **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.

### □ **Objetivos Específicos**

- Conocer las diferentes alergias e intolerancias alimentarias.
- Conocer los diferentes síntomas de una reacción alérgica y cómo actuar.
- Saber definir correctamente las proporciones e ingredientes que componen la rueda de los alimentos y entender como es una alimentación saludable.
- Reconocer los diferentes grupos de alimentos que producen alergias e intolerancias alimentarias.
- Conocer los hábitos higiénicos necesarios para evitar riesgos por ingestión de alérgenos o contaminación cruzada.
- Entender la importancia de una buena limpieza y plan de higiene en la manipulación de alérgenos.
- 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.
- Conocer los diferentes tipos de dietas necesarias para controlar la alimentación de las personas con necesidades especiales.
- Reconocerlos alimentos beneficiosos y perjudiciales para las personas con necesidades alimenticias.
- Adquirir conocimientos de los diferentes sustitutivos de alimentos para conseguir elaboraciones culinarias satisfactorias para las personas.
- Aprender a realizar oferta gastronómica para personas con alergias o intolerancias.

## Contenidos

<b>SANP003PO. Alergias e intolerancias alimentarias</b>	<b>Tiempo estimado</b>
<p><b>Unidad 1:</b> Caracterización de las alergias e intolerancias alimentarias.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1. Definición de alergia e intolerancia alimentaria.</li> <li>• 2. Tipos de alergias e intolerancias alimentarias.</li> <li>• 3. La rueda de los alimentos.</li> </ul>	
Cuestionario de Autoevaluación UA 01	<b>30 minutos</b>
Actividad de Evaluación UA 01	<b>30 minutos</b>
Tiempo total de la unidad	<b>8,3 horas</b>
<p><b>Unidad 2:</b> Identificación de los principales alimentos causantes de alergias e intolerancias alimentarias.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1. Tipos de alérgenos contemplados en la normativa.</li> <li>• 2. Principales alimentos causantes de alergias e intolerancia. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 2.1. Leche.</li> <li>○ 2.2. Huevos.</li> <li>○ 2.3. Pescado y marisco.</li> <li>○ 2.4. Frutos secos.</li> <li>○ 2.5. Cereales. Intolerancia al gluten y alergia al trigo.</li> <li>○ 2.6. Legumbres.</li> <li>○ 2.7. Frutas.</li> <li>○ 2.8. El látex.</li> </ul> </li> <li>• 3. Prevención de riesgos en alergias alimentarias. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 3.1. Selección de productos.</li> <li>○ 3.2. Contaminación cruzada.</li> <li>○ 3.3. Limpieza y eliminación de alérgenos de las superficies.</li> </ul> </li> </ul>	
Cuestionario de Autoevaluación UA 02	<b>30 minutos</b>
Tiempo total de la unidad	<b>18,3 horas</b>

<p><b>Unidad 3:</b> Elaboración de ofertas gastronómicas y/o dietas adecuadas para el tratamiento de necesidades alimenticias específicas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1. Dieta hiposódica.</li> <li>• 2. Dieta hipocalórica.</li> <li>• 3. Dieta hipercalórica.</li> <li>• 4. Dieta y anemia.</li> <li>• 5. Dieta baja en azúcar.</li> <li>• 6. Dieta para la osteoporosis.</li> <li>• 7. Dieta astringente.</li> <li>• 8. Dieta de protección gástrica</li> <li>• 9. Antiulcerosa común.</li> <li>• 10. Dieta pobre en grasa</li> <li>• 11. Protección Biliar.</li> <li>• 12. Dieta laxante.</li> <li>• 13. Dieta para reducir el ácido úrico. Hiperuricemia.</li> </ul>	
Cuestionario de Autoevaluación UA 03	<b>30 minutos</b>
Tiempo total de la unidad	<b>12 horas</b>
<p><b>Unidad 4:</b> Realización de elaboraciones culinarias aptas para personas con alergias e intolerancias alimentarias.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1. Productos sustitutivos para personas con alergias. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 1.1. Proteína de la leche de vaca.</li> <li>○ 1.2. Huevos.</li> <li>○ 1.3. Pescado y marisco.</li> <li>○ 1.4. Anisakis.</li> <li>○ 1.5. Frutos secos.</li> <li>○ 1.6. Cereales.</li> <li>○ 1.7. Legumbres.</li> <li>○ 1.8. Frutas.</li> </ul> </li> <li>• 2. Intolerancia al gluten.</li> <li>• 3. El uso del látex en la manipulación de alimentos.</li> </ul>	
Cuestionario de Autoevaluación UA 04	<b>30 minutos</b>
Tiempo total de la unidad	<b>10 horas</b>
Examen final SANP003PO	<b>1 hora</b>
<b>4 unidades</b>	<b>50 horas</b>