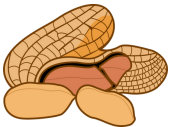


# LOS 9 PRINCIPALES ALÉRGENOS ALIMENTARIOS

Algunos niños pueden tener una alergia alimentaria que no forma parte de los 9 principales alérgenos reconocidos por la FDA. En ese caso, debe ponerse en contacto directamente con el fabricante para saber si el alimento contiene el alérgeno.

Una alergia alimentaria es una reacción del sistema inmunitario del cuerpo a las proteínas de los alimentos. Las reacciones alérgicas a los alimentos pueden ser de leves a graves, dependiendo de la alergia de la persona. La Administración de Alimentos y Medicamentos (Food and Drug Administration FDA, por sus siglas en inglés) reconoce 9 alimentos como los principales alérgenos a los que la mayoría de las personas son alérgicas:

## CACAHUATES



## NUECES DE ÁRBOLES



## PESCADO



## MARISCO



## LECHE



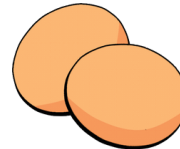
## SOYA



## TRIGO



## HUEVOS



## SÉSAMO



Es muy importante leer las etiquetas de ingredientes y alérgenos para saber qué alimentos contienen alguno de los 9 alérgenos principales.

Los fabricantes de alimentos tienen 2 opciones para el etiquetado:

**Opción 1:** Una declaración de alérgenos, como "CONTIENE: CACAHUATES" estará debajo de la declaración de ingredientes.

**Opción 2:** Los alérgenos se pueden enumerar dentro de la declaración de ingredientes, entre paréntesis, como "Ingredientes: Harina de trigo enriquecida (TRIGO)"

### Frases "Puede Contener"

Las frases de "Puede Contener" en la etiqueta de un alimento son información voluntaria que un fabricante puede incluir, indicando si alguno de los 9 principales alérgenos alimentarios está presente en su planta de fabricación. Es probable que los niños con alergias alimentarias graves eviten comer alimentos producidos en un centro donde el alérgeno esté presente. En pocas palabras: Si NO ve una declaración de "Puede Contener", comuníquese con el fabricante para obtener información más detallada.

Si el alimento contiene un alérgeno al que un niño es alérgico, sirva una alternativa segura en su lugar.

%DV*		%DV*	INGREDIENTS: WHITE TUNA, WATER, VEGETABLE BROTH, SALT, PYROPHOSPHATE ADDED	CAUGHT IN INDIAN OCEAN PRODUCT OF MALDIVES
Total Fat 0g	Total Carb. 0g	0%		
0mg	10%	Fiber 0g	0%	

**Ingredients:** Apples, Pie crust [Flour (wheat), Shortening, Liquid albumen (egg), Salt], Sugar, Flour, Lemon juice, Whole milk, Cinnamon. May contain pecans.

In accordance with federal civil rights law and U.S. Department of Agriculture (USDA) civil rights regulations and policies, this institution is prohibited from discriminating on the basis of race, color, national origin, sex (including gender identity and sexual orientation), disability, age, or reprisal or retaliation for prior civil rights activity. Program information may be made available in languages other than English. Persons with disabilities who require alternative means of communication to obtain program information (e.g., Braille, large print, audiotape, American Sign Language), should contact the responsible state or local agency that administers the program or USDA's TARGET Center at (202) 720-2600 (voice and TTY) or contact USDA through the Federal Relay Service at (800) 877-8339. To file a program discrimination complaint, a Complainant should complete a Form AD-3027, USDA Program Discrimination Complaint Form which can be obtained online at: <https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/USDA-OASCR%20P-Complaint-Form-0508-0002-508-11-28-17Fax2Mail.pdf>, from any USDA office, by calling (866) 632-9992, or by writing a letter addressed to USDA. The letter must contain the complainant's name, address, telephone number, and a written description of the alleged discriminatory action in sufficient detail to inform the Assistant Secretary for Civil Rights (ASCR) about the nature and date of an alleged civil rights violation. The completed AD-3027 form or letter must be submitted to USDA by: (1) mail: U.S. Department of Agriculture Office of the Assistant Secretary for Civil Rights 1400 Independence Avenue, SW Washington, D.C. 20250-9410; or (2) fax: (833) 256-1665 or (202) 690-7442; (3) or email: [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov).