

Guia Prático para Restaurantes **Como Lidar com Alergia Alimentar**



ASBAI

Associação Brasileira de
Alergia e Imunologia

Biênio 2025-2026

**Semana Nacional de
Conscientização sobre
Alergia Alimentar**

**Alergia Alimentar,
conhecer para prevenir**

11 a 18 de maio de 2025



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Lumos Assessoria Editorial

A849

Associação Brasileira de Alergia e Imunologia (ASBAI).

Guia prático para restaurantes : como lidar com alergia alimentar [recurso eletrônico] / coordenadoras Jackeline Motta Franco e Germana Pimentel Stefani. — 1. ed. — Rio de Janeiro : ASBAI, 2025.

Dados eletrônicos (pdf).

Inclui bibliografia.

ISBN 978-65-6036-951-1

1. Alergia a alimentos - Dietoterapia. 2. Alérgenos - Manuais, guias, etc. 3. Restaurantes - Planejamento de cardápio. I. Franco, Jackeline Motta. II. Stefani, Germana Pimentel. III. Título.

CDD23: 616.975

I120525

Bibliotecária: Priscila Pena Machado - CRB-7/6971



ASBAI

Associação Brasileira de
Alergia e Imunologia

www.asbai.org.br

Expe pe dien te



Associação Brasileira de Alergia e Imunologia

- ◆ Fátima Rodrigues Fernandes
Presidente
- ◆ Gustavo Falbo Wandalsen
Diretor Científico
- ◆ Maria Elisa Bertocco Andrade
Diretora Científica Adjunta

Editoras

Departamento Científico de Alergia Alimentar

- ◆ Jackeline Motta Franco
Coordenadora
- ◆ Germana Pimentel Stefani
Vice-coordenadora

Autores

Departamento Científico de Alergia Alimentar

- ✧ Ana Paula Beltran Moschione Castro
- ✧ Ariana Campos Yang
- ✧ Fabiane Pomiecinski Frota
- ✧ Ingrid Pimentel Cunha Magalhães Souza Lima
- ✧ José Carlison Santos de Oliveira
- ✧ José Luiz de Magalhães Rios
- ✧ Lucila Camargo Lopes de Oliveira
- ✧ Natalia Rocha do Amaral Estanislau
- ✧ Renata Rodrigues Cocco
- ✧ Valéria Botan Gonçalves

Design

- ✧ Flávio Tavares



ASBAI

Associação Brasileira de
Alergia e Imunologia

Introdução



Alergia alimentar, conhecer para prevenir

As reações alérgicas a alimentos acometem até 8% da população. Estudos apontam que 7 em cada 10 reações alérgicas graves ocorrem quando pessoas se alimentam fora de casa. Para elas, uma simples refeição pode significar segurança ou perigo, inclusão ou exclusão. Infelizmente, nem sempre os estabelecimentos que trabalham com o ramo alimentício estão preparados para atender clientes com alergia alimentar. Lacunas no conhecimento e nas práticas relacionadas à alergia alimentar são comuns. Nesse contexto, nasce este Guia Prático para Restaurantes: Como Lidar com Alergia Alimentar, idealizado para apoiar e oferecer um atendimento mais seguro, consciente e acolhedor a pacientes com alergia alimentar em restaurantes.

Durante a Semana Nacional de Conscientização sobre Alergia Alimentar, convidamos o setor de alimentação a se engajar em uma mudança cultural. Restaurantes são espaços de acolhimento, sabor e experiência — e, com pe-

quenas atitudes e muito conhecimento, podem se tornar também lugares seguros para quem vive com restrições alimentares graves.

O impacto na qualidade de vida e todos os estigmas secundários à alergia alimentar trazem preocupações e evidenciam a necessidade de medidas para minimizá-los. Neste guia, reunimos informações validadas por organizações e/ou órgãos internacionais como a FARE (Food Allergy Research & Education), o CDC (Centers for Disease Control and Prevention) e a ASCIA (Australian Society of Clinical Immunology and Allergy), além de recomendações práticas baseadas em experiências reais do setor. Entre os tópicos abordados, você encontrará:

- O que são alergias alimentares e por que exigem atenção;
- Como treinar sua equipe para prevenir reações alérgicas;
- Como evitar o contato cruzado na cozinha;
- Como se comunicar com clareza com os clientes;
- O que fazer em caso de emergência;
- Aspectos legais e de responsabilidade civil;
- Dicas para implementar um plano efetivo de gerenciamento de alérgenos.

Este guia não é apenas um manual técnico — é um convite à empatia, à responsabilidade social e à excelência no atendimento. Oferecer um ambiente seguro para pessoas com alergia alimentar não é apenas um diferencial; é um dever ético e resguarda legalmente o restaurante.

Ao adotar boas práticas, você protege vidas, evita incidentes graves, fortalece a reputação do seu negócio e contribui para uma sociedade mais justa e inclusiva.

Vamos juntos transformar o setor de alimentação em um aliado da segurança alimentar para todos.



ASBAI
Associação Brasileira de
Alergia e Imunologia

O que é alergia alimentar?

Uma alergia alimentar ocorre quando o sistema imunológico do corpo reage a um determinado alimento. O organismo interpreta esse alimento (o alérgeno) como uma ameaça e tenta combatê-lo. Essa resposta pode causar uma série de sintomas que são reprodutíveis, ou seja, todas as vezes que o corpo entrar em contato com esse alérgeno alimentar, haverá risco de reação.



Como ela pode se manifestar?

As manifestações clínicas da alergia alimentar são variadas. Quando os sintomas ocorrem até duas horas após a ingestão do alimento, são chamadas de reações imediatas. A pessoa está bem, sem nenhum sintoma, e, após ingerir o alimento (em até duas horas), pode apresentar os seguintes sinais ainda dentro do restaurante:

- Coceira na boca ou na garganta
- Inchaço nos lábios, olhos ou rosto
- Urticária (manchas vermelhas na pele que coçam)
- Espirros, nariz escorrendo ou entupido, de início súbito
- Tosse, chiado no peito e falta de ar súbitos
- Vômitos.

Em casos graves, pode ocorrer anafilaxia — uma reação rápida e perigosa, que pode afetar a respiração, a pressão arterial e colocar a vida do paciente em risco.

As reações tardias acometem predominantemente o trato gastrointestinal, causando sintomas como:

- Vômitos persistentes
- Diarreia
- Presença de sangue nas fezes
- Irritabilidade.

Um aspecto importante: Crianças amamentadas exclusivamente no seio materno podem manifestar sintomas caso as mães ingiram, de forma inadvertida, o alimento ao qual a criança tem alergia em preparações de restaurantes. Em geral, os alimentos mais comuns nessas situações são leite, ovo ou trigo.



Alergias e intolerâncias são coisas diferentes

A alergia decorre de uma resposta do sistema imunológico a uma proteína presente em um determinado alimento. O corpo “interpreta” que essa proteína é uma ameaça e reage liberando substâncias químicas que causam sintomas como coceira e placas na pele, inchaço que pode acometer boca, olhos, garganta (o temido edema de glote), dificuldade para respirar, vômitos e até o choque anafilático, que pode ser fatal.

Já a intolerância alimentar é um problema digestivo, geralmente por falta de uma enzima, como a da lactase, a exemplo da intolerância à lactose. Nesse caso, o corpo não consegue digerir bem o alimento, causando sintomas como dor na barriga, diarreia, gases e inchaço.

É importante notar que, ao contrário da alergia, a intolerância não oferece risco à vida.

Por isso, confundir alergia à proteína do leite de vaca com intolerância à lactose, por exemplo, pode ser perigoso. O intolerante pode consumir leite “zero lactose” (que mantém as proteínas do leite), já o alérgico, não.

Quais os alimentos mais comumente envolvidos nas alergias alimentares?

Os alimentos mais comumente envolvidos nas alergias alimentares são o leite de vaca, o ovo, amendoim, castanhas, peixes, camarão e crustáceos, soja, trigo e gergelim. Entretanto, salientamos que qualquer alimento pode causar alergia.





Em quais ingredientes esses alimentos podem estar presentes?

Para pessoas com alergia alimentar, é crucial estar ciente dos diversos produtos alimentares que podem conter o alimento alergênico e suas proteínas, mesmo quando não parecem imediatamente óbvios.

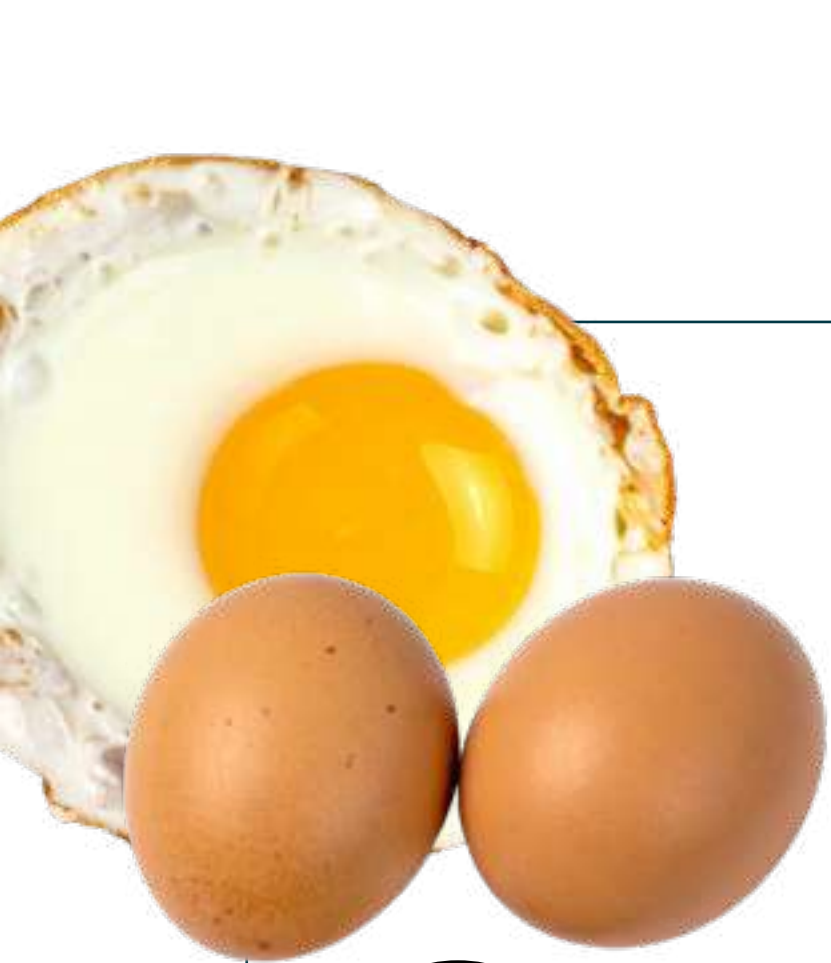
Aqui está uma lista detalhada dos principais alérgenos alimentares, onde eles podem ser encontrados em preparações culinárias e seus sinônimos ou nomes relacionados:

Encontrado em: leite, iogurtes, manteiga, creme de leite, queijos, sorvetes, leite condensado, requeijão, molhos cremosos (exemplo: molho branco), sopas cremosas, chocolates ao leite, bolos, pães, biscoitos e sobremesas lácteas.

Sinônimos/Nomes relacionados: caseína, caseinato, lactoalbumina, lactoglobulina, soro de leite, whey protein, lactose (embora não seja uma proteína, pode indicar a presença de leite).



Leite de vaca



Ovo

Encontrado em: maionese, aioli, suspiros, bolos, pães, massas, panquecas, omeletes, quiches, cremes, pudins, merengues, glacês, empanados (na mistura para empanar), massas de pastel, biscoitos e kani.

Sinônimos/Nomes relacionados: ovo, ovo desidratado, ovo em pó, clara de ovo, gema de ovo, albumina, ovoalbumina, ovoglobulina e lisozima (usada como conservante em queijos e outros alimentos, inclusive vinhos).

Encontrado em: manteiga de amendoim, óleo de amendoim, paçoca, pé de moleque, bolos, biscoitos, chocolates, barras de cereais, molhos (exemplo: satay), snacks e produtos industrializados.



Amendoim

Sinônimos/Nomes relacionados: óleo de amendoim, farinha de amendoim, proteína e pasta de amendoim.



Soja

Encontrado em: molho de soja, tofu, leite de soja, proteína texturizada de soja, farinhas, carne de soja, creme de leite vegetal, barras de cereais, chocolates, pães, biscoitos, hambúrgueres vegetarianos, sopas e produtos industrializados.

Sinônimos/Nomes relacionados: proteína isolada de soja, proteína hidrolisada de soja.



Nozes, amêndoas, castanha-do-pará, castanha-de-caju, pistache, noz pecã, macadâmia, avelã, baru etc.



Encontrado em: bolos, tortas, biscoitos, chocolates, cremes (exemplo: Nutella), pastas de amêndoas, de pistache, granolas, barras de cereais, leites vegetais (exemplo: leite de amêndoas e de castanha de caju), creme de leite vegetal, molhos (exemplo: molho pesto), alguns alimentos veganos e pratos gourmet.

Castanhas



Sinônimos/Nomes relacionados: farinha de castanhas, óleo de nozes, extrato de amêndoas.

Encontrado em: filés de peixe, sushi, sashimi, caldos de peixe, kani, molhos (exemplo: molho de peixe asiático), patês, sopas, pratos à base de frutos do mar e produtos empanados.

Sinônimos/Nomes relacionados: óleo de peixe, colágeno de peixe, surimi (massa de peixe usada em produtos como kani).

Peixes



Encontrado em: pratos de frutos do mar, sopas, caldos, molhos, empanados, sushi, sashimi, saladas e massas recheadas, kani (pode conter extrato de caranguejo), acarajé e vatapá.

Camarão

e outros crustáceos como lagosta, caranguejo, siri, lagostim e pitu.

Sinônimos/Nomes relacionados: extrato de crustáceos, caldo de camarão, pó de camarão, quitosana.

Encontrado em: pães, bolos, biscoitos, massas, pizzas, empanados, molhos engrossados com farinha, sopas, cereais matinais, granolas, cervejas e produtos industrializados.

Sinônimos/Nomes relacionados: glúten, farinha de trigo, amido de trigo, semolina, espelta, kamut, triticum.

Cevada e centeio: embora não sejam trigo, podem ser mencionados em produtos que contêm glúten.



Trigo

Cuidados adicionais

Sempre leia os rótulos dos produtos industrializados, pois os alérgenos podem estar presentes como traços ou em formas menos óbvias.

Em algumas situações, o alérgeno pode ser usado como ingrediente não principal da receita, mas ainda assim pode desencadear reações. Como exemplo temos o ovo, leite ou farinha de trigo utilizados para empanar frituras; gema de ovo aplicada sobre panificados para dar brilho; queijo ralado para incrementar o visual ou textura de saladas; leite em pó ou paçoca de amendoim para enfeitar açaí; e gergelim como enfeite de pratos de saladas e comida oriental. Estar atento a estes usos “decorativos” de alimentos também é importante para garantir a segurança do cliente alérgico.



Qual a
quantidade
de alimento

necessária para
desencadear
uma reação
alérgica?

A quantidade de alimento necessária para desencadear uma reação alérgica varia de uma pessoa para outra. Para alguns indivíduos, até mesmo traços ou vestígios do alimento podem desencadear reações graves, enquanto outros podem tolerar pequenas quantidades sem apresentar sintomas. Essa quantidade que o paciente tolera sem apresentar sintomas é chamada de limiar.

Esta variabilidade individual torna difícil estabelecer um limiar universal para os alérgenos alimentares. Existem estudos populacionais que mostram quais seriam as quantidades que poderiam ser toleradas por 95% da população de alérgicos, porém existe chance do indivíduo que está no seu restaurante reagir a uma dose menor. Assim, nenhuma dose pode ser considerada totalmente segura, a menos que o paciente conheça o seu limiar.

O que é contato cruzado e onde pode ocorrer?

De modo geral, alimento ao qual uma pessoa é alérgica deve ser completamente removido de sua dieta para que ela permaneça segura.

O contato cruzado é a introdução acidental de um alérgeno em uma preparação ou produto. Isso ocorre quando, por exemplo, você utiliza a colher que estava mexendo um alimento, ao qual a pessoa é alérgica, para mexer um alimento considerado seguro, ou seja, sem o ingrediente alergênico. Fritar batatas no mesmo óleo em que foram fritos camarões, ou pastel de carne sem leite no mesmo óleo em que há pouco foi frito pastel de queijo, também ocasiona contato cruzado. Especial atenção deve ser dada ao momento de servir os alimentos, tanto à la carte quanto em buffets (em restaurante self-service, por exemplo), pois o compartilhamento de talheres de servir os alimentos pode, por si só, ser suficiente para determinar contato cruzado. Evitar o contato cruzado é tão importante quanto evitar o próprio alimento para a maioria dos alérgicos.

A contaminação cruzada, por sua vez, é a transferência de microrganismos, como vírus e bactérias, de um local, utensílio, superfície ou alimento para outro. Por exemplo, preparar o alimento em tábua de madeira contaminada com bactérias pode ocasionar contaminação do alimento manipulado e sintomas clínicos.



Quais pontos de checagem devem ser adotados a partir do momento que o cliente comunica que tem alergia alimentar?

A partir do momento em que um cliente informa que tem alergia alimentar, é essencial adotar um protocolo claro e detalhado para garantir sua segurança e confiança.

Alguns passos são recomendados

Comunicação Inicial



Confirmação: Pergunte ao cliente quais alimentos específicos lhe causam alergia e qual a gravidade da reação. Use perguntas abertas, como: “Você poderia nos informar quais alimentos devemos evitar no preparo do seu prato?” ou “Você tem alergia ao leite ou intolerância à lactose?”

Registro: Anote as informações fornecidas pelo cliente e compartilhe com toda a equipe envolvida, incluindo cozinha e atendimento.



Ouça o cliente: Levar a sério as preocupações dos clientes alérgicos e se esforçar para atender às suas necessidades demonstra cuidado e profissionalismo.



Perguntas sobre os ingredientes: Não hesite em responder como o prato é preparado e quais ingredientes são usados, inclusive em molhos e acompanhamentos. Se necessário confirme com o chefe da cozinha.



Evite informações vagas: Caso a resposta inicial seja “acho que não tem” ou “talvez”, confirme diretamente com a equipe da cozinha.

Comunicação Interna

Informar a Equipe: Certifique-se de que todos os envolvidos no preparo e serviço do prato estejam cientes da alergia. Use termos claros e diretos, como: “Este pedido é para um cliente com alergia alimentar grave a amendoim.”

Identificação do Pedido: Utilize etiquetas ou marcadores visuais para identificar o pedido como “alergia alimentar” durante todo o processo.





Preparo do Alimento

Higienização: Antes de iniciar o preparo, lave bem as mãos, utensílios, superfícies e equipamentos para evitar contato cruzado.

Utensílios Exclusivos: Use tábuas, facas, panelas e outros utensílios exclusivos para o preparo do prato do cliente alérgico.

Ingredientes Seguros: Verifique os rótulos dos ingredientes para garantir que não contenham traços do alérgeno informado.

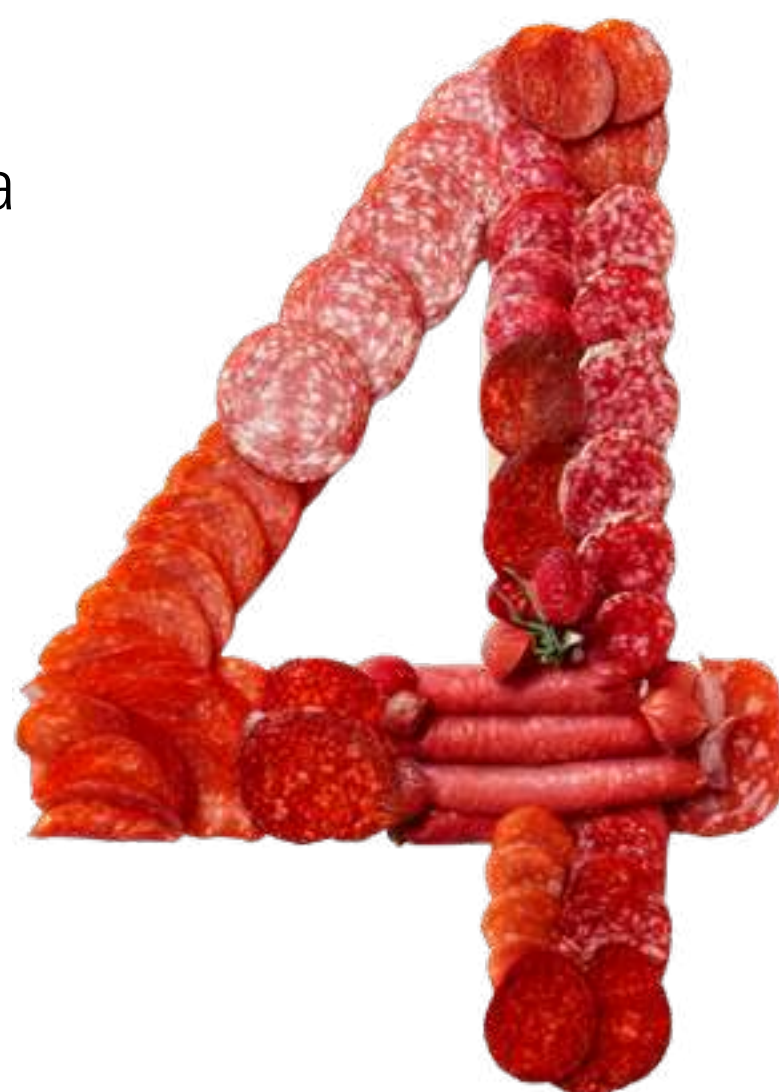


Montagem e Serviço

Área Separada: Monte o prato em uma área separada da cozinha para evitar contato com outros alimentos.



Verificação Final: Antes de servir, revise o prato para garantir que está livre de alérgenos. Confirme com o chefe ou responsável pela cozinha. Identifique o prato adequadamente para evitar confusões ao servir.



Entrega Cuidadosa

Oriente o garçom a informar ao cliente que o prato foi preparado seguindo os cuidados necessários. Cuidado especial deve ser adotado com o compartilhamento de talheres de servir.





Como reduzir o
risco de alergia
alimentar nos
restaurantes?

Um programa para gerenciar alergênicos em alimentos prontos deve focar na prevenção. Isso significa identificar e analisar cuidadosamente os riscos em cada etapa da produção. É importante prestar atenção em pontos como as matérias-primas usadas, a escolha de fornecedores, a forma como os alimentos são manipulados, as receitas que indicam os alergênicos, as condições das instalações e equipamentos, a limpeza adequada e o treinamento dos funcionários que lidam com os alimentos. Esses cuidados ajudam a garantir a segurança dos clientes.

Cardápio

- Deve conter todos os ingredientes e temperos utilizados no preparo de cada prato;
- Deve conter de forma clara a orientação para o consumidor informar à equipe em caso de alguma alergia alimentar;
- Sinalização ao lado de cada prato com os principais alérgenos alimentares;



Sinalização dos principais alérgenos alimentares



LEITE



OVOS



PEIXE



CRUSTÁCEOS



CASTANHAS



AMENDOIM



TRIGO



SOJA



GERGELIM

Equipe

*Garçons, Cozinheiros, Chefs,
Gerente, Atendentes*



- Deve receber treinamento periódico para correta orientação dos consumidores com alergia alimentar;
- Deve estar apta para prestar suporte caso alguma reação alérgica ocorra dentro do estabelecimento (ligar para ambulância, colocar paciente em local mais reservado, etc);
- Deve estar apta para evitar contato cruzado;
- Deve haver comunicação clara entre os membros da equipe para que se assegure que a informação de que um prato para um consumidor alérgico foi solicitado;
- Deve saber acolher o consumidor alérgico com opções seguras, realizando assim a inclusão.

Ambiente da cozinha

- Bancadas limpas e separadas para preparo do alimento;
- Lavagem correta das mãos, bancadas e utensílios entre preparações;
- Utensílios, pratos, panelas separadas para produção do alimento solicitado a fim de evitar contato cruzado;



É essencial garantir que as pessoas com alergias alimentares tenham acesso a informações que as protejam e possam salvar suas vidas.

O que fazer em caso de um cliente apresentar reações alérgicas?

Se um cliente tiver uma reação alérgica a um alimento durante a refeição, o restaurante deve agir rápido e cuidadosamente.



ETAPAS IMPORTANTES

1

CHAMAR AJUDA MÉDICA IMEDIATAMENTE

Se a reação for grave, ligue para os serviços de emergência locais (SAMU, número: 192) e siga as instruções fornecidas.

2

OFERECER SUPORTE

Mantenha o cliente calmo e confortável enquanto aguarda a chegada da ajuda médica. Se o cliente tiver um plano de ação com medicamentos para alergia, como uma adrenalina autoinjetável, esteja preparado a auxiliá-lo caso necessário, conforme as instruções.

3

COLABORAR COM A IDENTIFICAÇÃO DO ALÉRGENO

Fornecer a lista de todos os ingredientes utilizados do preparo do prato do cliente é fundamental para posterior identificação do alérgeno determinante da reação. Quanto mais detalhada esta lista, incluindo temperos, melhor será para o alergista conduzir o caso.

4

INFORMAR AOS FAMILIARES OU ACOMPANHANTES

Se o cliente estiver acompanhado, informe-os sobre a situação e mantenha-os atualizados sobre as ações tomadas.

5

DOCUMENTAR O INCIDENTE

Registre o ocorrido, incluindo os detalhes do alimento consumido, os sintomas apresentados e as ações tomadas. Isso pode ser útil para investigações posteriores e para melhorar a segurança alimentar no restaurante.

6

REVISAR PROCEDIMENTOS

Após o incidente, revise os procedimentos de segurança alimentar e treinamento dos funcionários para evitar incidentes semelhantes no futuro. A segurança dos clientes é primordial, e agir com rapidez e cuidado pode fazer uma grande diferença em casos de reações alérgicas graves.

Quais são os alérgenos alimentares de denominação obrigatória?



A Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) nº 26, de 2 de julho de 2015, da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), estabelece a obrigatoriedade da rotulagem de alergênicos em alimentos embalados.

Esta Resolução não se aplica aos seguintes produtos:

- I Alimentos embalados que sejam preparados ou fracionados em serviços de alimentação e comercializados no próprio estabelecimento;
- II Alimentos embalados nos pontos de venda a pedido do consumidor;
- III Alimentos comercializados sem embalagens.

Essa norma tem como principal objetivo proteger consumidores com alergias alimentares, garantindo o acesso à informação clara e precisa sobre a presença de ingredientes que podem causar reações alérgicas.

Pontos principais da RDC 26/2015

A rotulagem deve informar a presença intencional de ingredientes que são reconhecidamente alergênicos.

Também deve alertar para o possível contato cruzado com esses ingredientes durante a fabricação.

A declaração deve estar na lista de ingredientes e em uma área destacada, com os dizeres:

ALÉRGICOS:
CONTÉM (nomes comuns dos alimentos alergênicos)
ou
"ALÉRGICOS:
PODE CONTER (nomes comuns dos alimentos alergênicos)"

A norma lista os principais alimentos alergênicos que devem obrigatoriamente ser declarados, como:



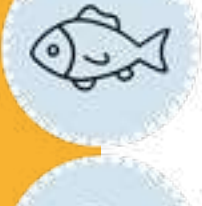
Trigo, centeio, cevada, aveia e seus híbridos



Crustáceos



Ovos



Peixes



Amendoim



Soja



Leite de todas as espécies de animais mamíferos



Castanhas, nozes, amêndoas, avelãs, pistaches, macadâmias, pecãs, pinoli e castanha-do-pará



Lácteos, albuminas, lecitinas e outros derivados de alérgenos principais

A RDC nº 26/2015 representou um grande avanço na segurança alimentar de pessoas com alergias alimentares, permitindo decisões de consumo mais seguras e conscientes. Este ano, a ANVISA deu início ao processo de revisão dessa legislação, tendo como uma de suas referências a atualização das recomendações do Codex Alimentarius sobre rotulagem de alimentos alergênicos, portanto, mudanças poderão ocorrer.

Estejamos atentos!



Como elaborar um cardápio com orientações sobre alérgenos alimentares?

De acordo com alguns moldes já adotados nos Estados Unidos e Europa, seguem alguns exemplos sobre a elaboração de cardápios:

1 Avaliar os ingredientes de cada prato

- Analisar todos os ingredientes utilizados em cada receita, incluindo molhos, caldos, temperos e produtos industrializados.
- Identificar se contêm algum dos alérgenos principais (já descritos anteriormente).

- Inserir no cardápio uma seção informativa para cada prato,

Na Europa, os alérgenos devem estar destacados em negrito, itálico ou cor diferenciada dentro da descrição do prato ou em nota de rodapé.

2 Declaração clara no cardápio

3 Padronização gráfica

- Usar ícones de fácil visualização (ex: símbolo de amendoim, peixe, leite) ao lado dos pratos.
- Disponibilizar versões do cardápio com legenda de alérgenos, inclusive em braile ou digital.

- Garçons, atendentes e cozinheiros devem ser treinados para:
 - Reconhecer os alérgenos.
 - Orientar clientes com segurança.
 - Evitar contato cruzado na cozinha e ao servir os pratos.

4 Treinamento da equipe

5 Comunicação Direta com o Cliente

- Inclua a frase no cardápio ou próximo ao caixa:
“Informe nossa equipe se você possui alguma alergia ou intolerância alimentar.”



Como fazer entrega dos alimentos para pacientes alérgicos com segurança?

Pacientes com alergia alimentar podem apresentar reações graves mesmo com a ingestão de pequenas quantidades do alimento proibido. Por isso, a entrega de alimentos destinados a essas pessoas exige cuidados rigorosos em todas as etapas.

RECOMENDAÇÕES ESSENCIAIS

PREVENÇÃO DO CONTATO CRUZADO

Utilize superfícies, utensílios e equipamentos devidamente higienizados e, sempre que possível, exclusivos para a preparação dos alimentos destinados a pacientes alérgicos.

VERIFICAÇÃO RIGOROSA DOS INGREDIENTES

Certifique-se de que todos os ingredientes sejam livres do alérgeno, incluindo a análise dos rótulos para identificar possíveis traços de contaminação.

EMBALAGEM E IDENTIFICAÇÃO ADEQUADAS

Os alimentos devem ser embalados separadamente, em recipientes limpos e bem vedados. A embalagem deve conter identificação clara sobre a ausência do alérgeno específico.

COMUNICAÇÃO PRECISA

Ao realizar a entrega, forneça informações completas sobre os ingredientes e o modo de preparo, esclarecendo quaisquer limitações ou riscos potenciais.



A segurança alimentar é um compromisso que começa no preparo e se estende até a entrega, protegendo a saúde e a qualidade de vida dos pacientes alérgicos e fortalecendo a confiança no serviço.

Conclusão

Adotar práticas seguras e inclusivas não apenas protege os clientes, mas também fortalece a reputação do estabelecimento ao demonstrar cuidado e profissionalismo. Este guia é um passo importante para garantir refeições seguras e agradáveis para todos.

Lembre-se: a segurança alimentar é responsabilidade de todos. Com comunicação aberta e atenção aos detalhes, pessoas com alergias podem desfrutar de refeições deliciosas e seguras em restaurantes!



Referências Bibliográficas

1. Oliveira LCL, Silva LR, Franco JM, Watanabe AS, Júnior ABP, Capelo A, et al. Atualização em Alergia Alimentar 2025: posicionamento conjunto da Associação Brasileira de Alergia e Imunologia e Sociedade Brasileira de Pediatria. Arq Asma Alerg Imunol. 2025;9(1):5-96.
2. Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Resolução RDC nº 26, de 02 de julho de 2015. Dispõe sobre os requisitos para rotulagem obrigatória dos principais alimentos que causam alergias alimentares [homepage na internet]. Brasília (DF): ANVISA; 2015 [acesso em 27 abr 2025]. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/alimentos/rotulos/alergenicos>
3. Food and Drug Administration (FDA). Food Allergen Labeling and Consumer Protection Act (FALCPA) [homepage na internet]. Silver Spring (MD): FDA; [acesso em 27 abr 2025]. Disponível em: <https://www.fda.gov>
4. Food and Drug Administration (FDA). U.S. Food Allergy Safety, Treatment, Education, and Research (FASTER) Act – 2023 [Internet]. Silver Spring (MD): FDA; [citado 2025 abr 27]. Disponível em: <https://www.fda.gov/food/food-labeling-nutrition/faster-act-2021>

5. Parlamento Europeu, Conselho da União Europeia. Regulamento (UE) n° 1169/2011 sobre a prestação de informações aos consumidores sobre os géneros alimentícios [homepage na internet]. Bruxelas: União Europeia; 2011 [acesso em 27 abr 2025]. Disponível em: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/PT/TXT/?uri=CELEX%3A32011R1169>
6. Food Standards Agency. Allergen Guidance for Caterers [homepage na internet]. London: Food Standards Agency [acesso em 27 abr 2025]. Disponível em: <https://www.food.gov.uk/business-guidance/allergen-guidance-for-food-businesses>
7. European Academy of Allergy and Clinical Immunology (EAACI). Position paper on food allergy labelling in restaurants. *Allergy*. 2022;77(6):1552-9. doi: 10.1111/all.15214.
8. Loerbroks A, Tolksdorf SJ, Wagenmann M, Smith H. Food allergy knowledge, attitudes and their determinants among restaurant staff: a cross-sectional study. *PLoS One*. 2019;14(4):e0214625. doi: 10.1371/journal.pone.0214625.
9. Maia ACO. Manual de orientação para gestão de alergênicos em serviços de alimentação. Rio de Janeiro: PoD Editora; 2018.
10. Food Safety Brazil. Desafios da gestão de alergênicos em serviços de alimentação [homepage na internet]. [acesso em 27 abr 2025]. Disponível em: <https://foodsafetybrazil.org/desafios-da-gestao-de-alergenicos-em-servicos-de-alimentacao/>
11. Australasian Society of Clinical Immunology and Allergy (ASCIA) [homepage na internet]. ASCIA Dietary Avoidance for food allergy [acesso em 28 abr 2025]. Disponível em: <https://www.allergy.org.au/patients/food-allergy>



ASBAI

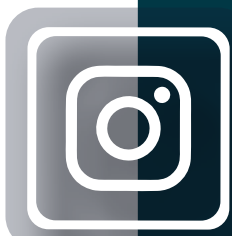
Associação Brasileira de
Alergia e Imunologia



SPOTIFY
ASBAI



FACEBOOK
Asbai Alergia



INSTAGRAM
asbai_alergia



YOUTUBE
ASBAI Alergia



TWITTER
@asbai_alergia



SITE
www.asbai.org.br



LINKEDIN
asbai-alergia