

# Alergias e Intolerancias Alimentarias 60h

AF: 40362

## OBJETIVO

Con la realización de este curso el alumno adquirirá conocimientos y competencias en el ámbito de las alergias e intolerancias alimentarias y conocerá los principales métodos de diagnóstico, así como su prevención y tratamiento.

### Objetivos específicos:

Diferenciar entre alergia e intolerancia.

Conocer qué ocurre en un organismo intolerante a un elemento, principalmente lactosa y gluten.

Conocer cómo se manifiesta una intolerancia alimenticia.

Aprender qué ocurre en el organismo cuando una persona toma un alimento al que es alérgica.

Conocer los síntomas de las alergias.

Familiarizarnos con los principales métodos de diagnóstico de una alergia.

Conocer los tratamientos de las alergias alimentarias.

Saber cómo prevenir una alergia.

Conocer los principales alérgenos de los alimentos alergénicos, como leche, huevo, pescado, marisco, legumbres, cereales, frutas, verduras, frutos secos etcétera.

Conocer la relación entre alergia y deporte.

Familiarizarnos con el concepto de reactividad cruzada.

Conocer la legislación vigente en materia de alergias e intolerancias, así como qué obligaciones tienen los fabricantes de alimentos procesados para evitar que un alérgico tome un producto que no deba.

## ÍNDICE

### 1. ALERGIAS E INTOLERANCIAS. CONCEPTOS BÁSICOS

1.1. Introducción

1.2. Definición de alergia

1.3. Alergia alimentaria

1.4. ¿Cómo se manifiesta la alergia a alimentos?

### 2. DIAGNÓSTICO, PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE LAS ALERGIAS

2.1. Diagnóstico de la alergia e intolerancia alimentarias

2.2. Prevención de alergias e intolerancias alimentarias

2.3. Tratamiento de las alergias

### 3. PRINCIPALES ALIMENTOS CAUSANTES DE REACCIONES ALÉRGICAS. ALÉRGENOS DE ORIGEN ANIMAL

3.1. Introducción

3.2. Leche de vaca

3.3. Huevo

3.4. Pescado

3.5. Mariscos, crustáceos y moluscos

#### **4. PRINCIPALES ALIMENTOS CAUSANTES DE REACCIONES ALÉRGICAS. ALÉRGENOS DE ORIGEN VEGETAL**

- 4.1. Legumbres
- 4.2. Cereales
- 4.3. Gluten
- 4.4. Frutas y hortalizas
- 4.5. Frutos secos
- 4.6. Sésamo
- 4.7. Mostaza

#### **5. PRINCIPALES ALIMENTOS CAUSANTES DE REACCIONES ALÉRGICAS. ALÉRGENOS VEHICULADOS POR ALIMENTOS**

- 5.1. Látex
- 5.2. Anisakis
- 5.3. Ácaros
- 5.4. Residuos

#### **6. OTRAS FORMAS DE ALERGIA**

- 6.1. Alergias y deporte
- 6.2. Alérgenos de alimentos modificados genéticamente
- 6.3. Reactividad cruzada entre alérgenos
- 6.4. Reacciones adversas a aditivos alimentarios

#### **7. ASPECTOS GENERALES SOBRE LAS ALERGIAS**

- 7.1. Normativa del etiquetado de productos alimentarios
- 7.2. Nomenclatura de alérgenos
- 7.3. Recomendaciones generales
- 7.4. Repaso a algunos conceptos

#### **8. CONCLUSIONES**

- 8.1. Últimos avances
- 8.2. Las claves del éxito en la gestión de alergias e intolerancias
- 8.3. Los mayores errores la gestión de alergias e intolerancias