**TEST DE EVALUACIÓN SOBRE ALERGIAS E INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS Y DIABETES.**

**Nombre y Apellidos: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**PREGUNTAS**

1. **Señala la respuesta CORRECTA:**
2. La intolerancia y la alergia alimentaria son el mismo proceso patológico
3. La intolerancia y la alergia alimentaria son distintos procesos patológicos pero siempre está implicado en ambos procesos una proteína
4. La intolerancia y la alergia alimentaria son distintos procesos patológicos, siendo siempre en el caso de las alergias una proteína la responsable de dicho proceso.
5. La intolerancia y la alergia alimentaria son el mismo proceso patológico teniendo la única diferencia en la forma de manifestarse en sus síntomas digestivos.
6. **¿Cuál de estos alimentos NO está dentro de la lista de alérgenos que son obligatorios mencionar en la información al consumidor?**
7. Arroz
8. Pescado
9. Leche
10. Soja
11. **Las dos intolerancias más comunes son la intolerancia al gluten y a la lactosa. Señala la respuesta CORRECTA:**
12. La intolerancia al gluten se produce por un tipo de proteína de ciertos cereales y la intolerancia a la lactosa se produce por la proteína de la leche
13. La intolerancia al gluten y a la lactosa pueden derivar en daños en la mucosa intestinal que a la larga produce la intervención del sistema inmunológico.
14. La intolerancia al gluten es también llamada como enfermedad celíaca y es mal llamada intolerancia porque es producida por una proteína y por tanto es una alergia alimentaria.
15. La intolerancia a la lactosa es producida por el azúcar (disacárido lactosa) de la leche y cursa con síntomas digestivos sin afectar al sistema inmunológico.
16. **Señala la respuesta CORRECTA:**
17. Una persona con intolerancia tiene el mismo riesgo de shock anafiláctico que una persona que sea alérgica a algún ingrediente alimentario
18. Las personas intolerantes pueden tolerar pequeñas cantidades de alimento con la sustancia que le causa intolerancia pero las personas alérgicas el simple contacto, inhalación o digerir una pequeña cantidad del alimento que le provoca la alergia puede producirle consecuencias graves e incluso la muerte.
19. La intolerancia al gluten es producida por un tipo de proteína de cereales como el maíz y la alergia al huevo se produce por una proteína que existe en su gran mayoría en la clara.
20. Los intolerantes a la lactosa deben evitar el contacto, inhalación o digestión de cualquier producto lácteo al igual que los alérgicos a la leche.
21. **Las precauciones que vayamos a tener para preparar un alimento para una persona alérgica o intolerante:**
22. Deben ser exactamente las mismas porque el riesgo es el mismo
23. Pueden ser exactamente las mismas porque así evitaríamos cualquier problema pero en el caso de las intolerancias puede haber pequeñas diferencias y no ser tan estricto en ciertas pautas.
24. Las precauciones deben ser totalmente diferentes dependiendo de la alergia que queramos evitar.
25. Si queremos evitar la presencia de gluten en los alimentos que vayamos a preparar no debemos en ningún caso utilizar los espacios y utensilios que hayamos utilizado para preparar alimentos para alérgicos o intolerantes a la lactosa.
26. **Para unas buenas prácticas de fabricación de un alimento para alérgicos o intolerantes hay que tener en cuenta una serie de factores donde:**
27. El control de proveedores se antoja fundamental, pidiéndoles toda la información necesaria de si las materias primas que nos suministran tiene presencia del alérgeno que queremos evitar en nuestros platos.
28. En las fichas técnicas de nuestros alimentos debemos resaltar el ingrediente que lleva el alérgeno
29. Extremar las precauciones para evitar las contaminaciones cruzadas.
30. Todas son correctas
31. **En relación a los intolerantes a la lactosa señala la INCORRECTA:**
32. Existen diferentes grados de intolerancia a la lactosa
33. Todos pueden consumir productos lácteos como el yogur pero ningún tipo de leche entera.
34. Los síntomas de la intolerancia a la lactosa son puramente digestivos.
35. Es producida por la deficiencia de la enzima lactasa que es necesaria para digerir la lactosa.
36. **Observa la imagen y contesta la opción CORRECTA:**

****

1. Este producto está obligado a poner en su etiquetado la mención “sin gluten” tal como aparece en la imagen.
2. Este producto no está obligado a poner en su etiquetado la mención “sin gluten” y si lo pone es porque ha realizado el control analítico necesario que le permite poner esa mención.
3. Este alimento está obligado a poner en su etiquetado la mención “sin gluten” tal como aparece en la imagen o bien “muy bajo en gluten”
4. La mención “sin gluten” debe aparecen en el listado de ingredientes.
5. **Observa la imagen y señala la opción CORRECTA:**

****

1. Esta etiqueta nos indica que el fabricante no tiene control sobre el proceso de fabricación del producto al indicar “contiene trazas”
2. Esta etiqueta es incorrecta porque este producto debe indicar obligatoriamente la mención “sin gluten”.
3. Este producto por sus características debe indicar obligatoriamente la presencia de trazas de huevo y leche, cosa que no ocurre.
4. Este producto con la información que nos aporta se puede usar sin riesgo en la elaboración de productos para personas alérgicas a la leche.
5. **En la presente imagen vemos una vitrina de productos de venta en régimen de autoservicio ¿Cómo debe estar la información de alérgenos al consumidor en este caso?**

****

1. La información obligatoriamente debe aparecer en carteles o rótulo cércanos a la vitrina de venta
2. La información obligatoriamente debe aparecer en carteles o rótulos cercanos a la vitrina de venta y también en etiquetas pegadas a los envases.
3. La información obligatoriamente debe aparecer en la etiqueta del envase o en el propio envase.
4. La información obligatoriamente debe ser proporcionada por el responsable del establecimiento de forma oral.
5. **Si un producto tiene cacahuetes la información alimentaria de dicho producto obligatoriamente debe indicar de manera destacada que:**
6. Contiene frutos secos.
7. Contiene cacahuetes.
8. No es obligatorio que indique nada
9. a + b
10. **¿Es correcta la información del producto de la imagen?**

****

1. Sí. Indica los alérgenos de manera destacada tal como establece la normativa
2. No. La indicación de los alérgenos no están destacados, deben mencionarse en letras mayúsculas.
3. Sí, pero solo debía indicar la presencia de trigo y huevo pero no es obligatoria la indicación de la presencia de atún.
4. No, porque la indicación de la presencia de trigo debía haberse mencionado con la mención “contiene gluten”
5. **La información de alérgenos al consumidor en el caso de una pastelería donde los dulces se exponen en vitrinas sin envasar o se envasan cuando el cliente se los lleva a casa o se consumen en el local, debe estar:**
6. En un rótulo o cartel cercano al alimento o producto en cuestión.
7. Obligatoriamente debemos envasar esos productos que estén dentro de la vitrina y poner la información en una etiqueta pegada a ese envase.
8. En un rótulo o cartel cercano al alimento o producto en cuestión pero solo sobre los alérgenos presentes de huevo o leche.
9. Para el caso de consumir esos alimentos en el local, solo con dar la información de manera oral es suficiente.
10. **Para el caso de estar en un restaurante, bar o similar donde se sirven productos a colectividades, la información alimentaria debe ser:**
11. Obligatoriamente de manera oral
12. Obligatoriamente debe existir en la zona de venta indicaciones al consumidor del lugar del establecimiento donde se dispone de la información, o alternativamente se indicará que los consumidores pueden dirigirse al personal del establecimiento para informarse de las sustancias y productos alérgenos
13. Si los productos tienen etiquetas o envases donde se indiquen las sustancias o productos alérgenos, o bien carteles cercanos al producto, no estarán obligados a las indicaciones del punto b) pero si es obligatoria la información oral
14. No es necesario que informen a los consumidores porque están obligados a elaborar alimentos para alérgicos e intolerantes.
15. **En cuanto a los productos para diabéticos señala la CORRECTA:**
16. Es obligatorio que en la información del producto se indique la mención “producto sin azúcar”
17. La diabetes es similar a una alergia e intolerancia por tanto debemos tener las mismas precauciones en la elaboración de productos para diabéticos que para los alérgicos e intolerantes.
18. Una persona diabética no puede consumir ningún tipo de azúcares a lo largo de su vida
19. La fibra es recomendada para las personas diabéticas

**PLANTILLA DE RESPUESTAS CORRECTAS**

1. **C**
2. **A**
3. **D**
4. **B**
5. **B**
6. **D**
7. **B**
8. **B**
9. **A**
10. **C**
11. **B**
12. **A**
13. **A**
14. **B**
15. **D**