



¿QUÉ SON LAS NUECES DE ÁRBOL?

- Las nueces de árbol son frutos secos ricos en nutrientes y que tienen una cáscara dura y no comestible que envuelve una semilla. Están clasificadas como uno de los nueve alérgenos alimentarios principales. [1]

TIPOS DE NUECES DE ÁRBOL

- La siguiente lista muestra los frutos secos que cuentan con respaldo científico sustancial que deben incluirse entre los alérgenos alimentarios principales reconocidos por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA). [2]
- Almendra
- Nuez de la India
- Pecana
- Nogal negro
- Avellana
- Piñón
- Nuez de Brasil
- Nogal corazón (también llamado nogal japones)
- Pistacho
- Nogal de California
- Macadamia
- Nogal inglés y de Persia

NO TODAS LAS NUECES SON IGUALES

- Aunque en general se refiere a "nueces de árbol", no todas son iguales. Algunas personas son alérgicas a un tipo de nuez, pero no a todos. Esto es importante porque una persona alérgica a una nuez puede ser capaz de comer otros tipos sin peligro. [3] [4]

CÓMO SE PRODUCE EL CONTACTO CRUZADO DE ALÉRGENOS ENTRE NUECES EN LOS ENTORNOS DE FABRICACIÓN DE ALIMENTOS

- El contacto cruzado de alérgenos puede producirse cuando se introducen sin querer nueces u otros alérgenos en los alimentos durante su procesamiento, manejo o almacenamiento, especialmente cuando los alimentos no están debidamente etiquetados para indicar su presencia. Esto suele ocurrir cuando las máquinas, los equipos o las superficies no se limpian y desinfectan cuidadosamente.
- Los riesgos de contacto cruzado con alérgenos aumentan cuando no se mantienen debidamente separados los diferentes tipos de nueces, como las almendras, las nueces de la India, nogales, pecanas, avellanas, pistachos y nueces de Brasil. Aunque todas las nueces están clasificadas como alérgenos mayores, no siempre se pueden sustituir entre sí sin peligro, ya que las personas pueden ser alérgicas a un tipo, pero no a otros. También surgen problemas cuando los alimentos que contienen alérgenos, como las nueces de árbol, y los que no los contienen, se procesan juntos sin una separación estricta, ya que puede producirse un contacto cruzado por alérgenos.
- Se introduce un riesgo adicional si los alimentos se mezclan o se reelaboran sin las precauciones adecuadas. Si el proceso de producción no separa claramente los ingredientes alérgicos de los no alérgicos, o si los empleados no siguen los procedimientos al utilizar equipos compartidos, puede producirse un contacto cruzado con alérgenos.
- Los empleados también desempeñan un papel fundamental en la seguridad alimentaria. Sin una formación adecuada y procedimientos claros, aumenta de forma considerable la posibilidad de contacto cruzado con alérgenos. [5]
- Dado que no todas las nueces de árbol son iguales, es fundamental que las fábricas de alimentos traten cada tipo de nuez como un alérgeno distinto y apliquen controles rigurosos que eviten el contacto cruzado con alérgenos durante todo el proceso de producción.**



Fuentes

[1] P. V. Sarah Campbell, "Tree nut and seed allergy," ScienceDirect, pp. 193-207, 2024.

[2] FDA, "Questions and Answers Regarding Food Allergens, Including the Food Allergen Labeling Requirements of the Federal Food, Drug, and Cosmetic Act (Edition 5): Guidance for Industry," U.S. Department of Health and Human Services Food and Drug Administration Human Foods Program, Maryland, 2025.

[3] K. Y. W. E. H. K. T. P. M. Olivia L. Francis, "Common food allergens and cross-reactivity," Journal of Food Allergy, pp. 17-21, 2020.

[4] F. A. R. a. Education, "Tree Nut Allergy," 11.06.2025. [Online]. Available: foodallergy.org/living-food-allergies/food-allergy-essentials/common-allergens/tree-nut.

[5] FDA, "Sec. 555.250 Major Food Allergen Labeling and Cross-contact Draft Compliance Policy Guide," Center for Food Safety and Applied Nutrition (CFSAN), Maryland, 2023.