



Tarjeta de alergias para enseñar en Corea del Sur

En coreano. Marca tus alergias, imprímela o guárdala en el móvil y enséñala antes de pedir.

표시된 식품에 심한 식품 알레르기가 있습니다. 제 음식에 이 재료를 절대 넣지 마시고, 이 재료가 당은 조리 도구나 기름도 사용하지 말아 주세요.

Tengo alergia alimentaria grave a lo que está marcado. Por favor, mi plato no puede contenerlo ni tocar utensilios o aceite que lo hayan tocado.

제 음식에 이 재료가 들어가는지 주방에 확인해 주시겠어요?

¿Puede comprobar con cocina si mi plato lo lleva?

Pescado y marisco

- ☐ 새우
Gambas y langostinos · saeu
- ☐ 새우젓
Gambas fermentadas en sal (saeujeot) · saeujeot
- ☐ 게
Cangrejo · ge
- ☐ 조개류 (굴·전복·홍합)
Almejas, ostras, oreja de mar, mejillones y otros moluscos de concha · jogaeryu (gul, jeonbok, honghap)
- ☐ 오징어
Calamar · ojingeo
- ☐ 낙지·문어
Pulpo · nakji / muneo
- ☐ 생선 (모든 종류)
Pescado (todo tipo) · saengseon
- ☐ 멸치·멸치액젓
Anchoas y salsa de anchoa · myeolchi / myeolchi-aekjeot
- ☐ 고등어
Caballa · godeungeo

Frutos secos y semillas

- ☐ 땅콩
Cacahuete · ttangkong
- ☐ 호두
Nueces · hodu
- ☐ 잣
Piñones · jat
- ☐ 아몬드
Almendras · amondeu
- ☐ 캐슈너트
Anacardos · kaesyuneoteu
- ☐ 피스타치오
Pistachos · piseutachio
- ☐ 참깨·참기름
Sésamo y aceite de sésamo · chamkkae / chamgireum
- ☐ 들깨·들기름
Semillas y aceite de perilla · deulkkae / deulgireum

Cereales, huevo, leche y soja

- ☐ 밀·보리·호밀·귀리
Trigo, cebada, centeno y avena (gluten) · mil / bori / homil / gwiri
- ☐ 메밀
Trigo sarraceno (alfarfón) · memil
- ☐ 달걀 (계란)
Huevo · dalgyal (gyeran)
- ☐ 우유·유제품
Leche y lácteos · uyu / yujepum
- ☐ 대두 (콩)
Soja · daedu (kong)

Carnes

- ☐ 쇠고기
Ternera y vacuno · soegogi
- ☐ 돼지고기
Cerdo · dwaejigogi
- ☐ 닭고기
Pollo · dakgogi

Frutas y verduras

- ☐ 복숭아
Melocotón · boksunga
- ☐ 토마토
Tomate · tomato
- ☐ 셀러리
Apio · selleori

Otros

- ☐ 겨자·머스터드
Mostaza · gyeoja / meoseuteodeu
- ☐ 아황산류
Sulfitos · ahwangsannyu
- ☐ 루핀 (루피너스)
Altramuces · rupin (rupineoseu)

119

알레르기 반응이 나타나면 구급차를 불러 주세요.

Si tengo una reacción, llamen a una ambulancia. · Ambulancia: 119

도와주셔서 감사합니다.

Gracias por su ayuda

1. **Marca** con una cruz los alimentos a los que eres alérgico.

2. **Enséñala** al pedir, también en puestos callejeros y si cambia el camarero.

3. **Lleva tu medicación** de rescate (adrenalina, antihistamínico) y el informe médico.

Corea del Sur tiene lista oficial de alérgenos para el etiquetado (19 obligatorios, todos en esta tarjeta; en 2026 se ha propuesto añadir sésamo, perilla, almendra y anacardo); ojo: el kimchi suele llevar gambas o anchoas fermentadas. La traducción es orientativa: si la reacción puede ser grave, no te fíes solo de la tarjeta. Fuentes: Ministerio de Seguridad Alimentaria y Farmacéutica de Corea (MFDS, lista de alérgenos), Exteriores de España, Universidad Nacional de Pusan y Reglamento (UE) 1169/2011