

Tossinfezioni alimentari: più rischi in casa che al ristorante

Attualità - 11 agosto 2007 - 15:22



Fra le principali cause di tossinfezioni alimentari, cattiva igiene, scorretta manipolazione del cibo e consumo di prodotti crudi. Ecco le dieci regole d'oro per una corretta preparazione degli alimenti; Nonostante il rischio di tossinfezione alimentare percepito dalla popolazione sia attribuito fondamentalmente a fattori chimici, quali ad esempio antiparassitari, coloranti, additivi e ogm, in realtà questi sono responsabili solo in piccolissima percentuale (0,5%) dei casi di malattia trasmessa da alimenti;. Lo spiega il Dott. Ruggero Ruggeri, responsabile del Servizio Igiene degli Alimenti e Nutrizione del Dipartimento di Sanità Pubblica dell'Ausl di Cesena.

Un servizio che nelle ultime settimane ha controllato circa 300 esercizi pubblici, tra attività di ristorazione, somministrazione o grandi punti di vendita alimentari con riscontri più che soddisfacenti.

Il periodo estivo-autunnale è solitamente caratterizzato da un incremento degli episodi di intossicazioni e tossinfezioni alimentari attribuibile alle maggiori temperature ambientali che facilitano una più rapida moltiplicazione dei microrganismi patogeni. ; Fortunatamente nel territorio di competenza dell'Azienda USL di Cesena ; spiega il Dott. Ruggeri - si è assistito negli ultimi anni a una costante diminuzione di segnalazioni di episodi di tossinfezione alimentare, sia nel periodo estivo che in tutto l'arco dell'anno;.

E; invece interessante sottolineare che la maggiore incidenza di salmonellosi (la tossinfezione alimentare più frequentemente segnalata) avviene in ambiente domestico per una cattiva conservazione e preparazione delle pietanze. Un dato questo che se da una parte conferma l'efficacia nella gestione del rischio microbiologico da parte degli operatori alimentari e dei controlli pubblici, dall'altra evidenzia ancora una volta di più che la responsabilità principale nel mantenimento del proprio stato di salute dipende dai comportamenti e dalle scelte da parte del consumatore.

Cattiva igiene, scorretta manipolazione degli alimenti, consumo di prodotti crudi. E ancora, verdure non pulite bene, cibi mal conservati, contaminazione dovuta all'uso promiscui di superfici da taglio e utensili, pietanza preparate molte ore prima del consumo sono tra le principali cause di tossinfezioni alimentari. Errori che nella stagione estiva, complici le alte temperature, possono avere effetti spiacevoli: 3 casi su 4 di salmonellosi, infatti, avvengono in ambiente domestico.

La possibilità di prevenire le malattie da alimenti continua il Dott. Ruggeri - richiede un concorso di tre soggetti fondamentali: innanzitutto l'operatore alimentare che deve gestire il rischio interno della struttura in cui opera, gli organi di controllo che devono privilegiare la qualità del controllo piuttosto che il numero in sé degli stessi, e il consumatore che sceglie, prepara e conserva in ambito domestico l'alimento.

Per evitare brutte sorprese, il rispetto di alcune semplici ma importanti regole stabilite dall'Organizzazione Mondiale della Sanità possono ridurre drasticamente l'intensificarsi degli episodi di tossinfezione alimentare:

Scegliere alimenti trattati per garantire maggiore sicurezza (ad esempio comprare latte pastorizzato e non crudo, scegliere se possibile del pollame fresco o surgelato)

Cuocere bene gli alimenti (i prodotti surgelati come il pesce, il pollame e la carne devono essere completamente scongelati prima della cottura).

Mangiare immediatamente i cibi cotti (più lunga è l'attesa, maggiore è il rischio) e conservarli correttamente: se si devono preparare dei cibi in anticipo o se si vogliono conservare degli avanzi occorre essere sicuri di mantenerli in condizioni di caldo sopra i 60°C o di freddo sotto i 10°. Un errore comune, responsabile di innumerevoli casi di malattie di origine alimentare, è mettere una quantità eccessiva di cibo caldo nel frigorifero

Riscaldare completamente gli alimenti già cotti e conservati: questa è la migliore protezione contro i microrganismi che possono essersi sviluppati durante la conservazione.

Evitare di mettere a contatto cibi cotti e cibi crudi: ad esempio non si deve manipolare un pollo crudo e poi usare senza prima lavarli lo stesso tagliere e lo stesso coltello per trinciare il pollo cotto.

Lavare le mani ripetutamente prima di iniziare a preparare gli alimenti e anche dopo ogni interruzione. In ogni caso dopo la preparazione di alimenti crudi come carne, pollame e pesce, lavarsi di nuovo prima di iniziare a manipolare altri alimenti.

Mantenere tutte le superfici della cucina accuratamente pulite: gli avanzi di ogni alimento devono essere considerati come un potenziale serbatoio di germi, gli strofinacci che vengono a

contatto con piatti e utensili dovrebbero essere cambiati ogni giorno.

Proteggere gli alimenti da insetti, roditori e altri animali: in questo caso, mettere gli alimenti in contenitori dalla chiusura a tenuta termica è la migliore difesa.

Usare acqua sicuramente potabile sia per la preparazione dei cibi che per bere. In particolare, occorre fare attenzione specialmente all'acqua che si usa per preparare i pasti dei bambini.