

RISTORAZIONE PER CELIACI

[LINEE GUIDA]

Il problema celiachia

La celiachia è un'intolleranza permanente al glutine, un complesso proteico presente nel frumento e nei cereali affini come orzo, segale, kamut, farro, spelta e triticale. L'ingestione di questa sostanza causa, nei soggetti geneticamente predisposti, un danno dei villi intestinali, le strutture preposte all'assorbimento dei nutrienti. La celiachia presenta sintomi molto vari (dolore e gonfiore addominale, diarrea, costipazione, dimagrimento, anemia, crampi, debolezza muscolare, fragilità e dolori ossei, alterazioni cutanee, irritabilità, depressione, turbe dell'accrescimento nel bambino) o procede in modo asintomatico. Un tempo ritenuta rara, la celiachia interessa in realtà una persona ogni 100. L'unica terapia che garantisce al celiaco un perfetto stato di salute è una dieta basata sull'assunzione di alimenti naturalmente o artificialmente privi di glutine. Lo scarso numero di attività di ristorazione capaci di garantire pasti privi di glutine rappresenta quindi per i celiaci e per le loro famiglie un problema psicologico e pratico.

A chi si rivolge

A tutti gli operatori del settore alimentare che svolgono attività di ristorazione (es. ristoranti, catering, pizzerie, tavole calde, bar) e che vogliono preparare e somministrare alimenti privi di glutine.

Cosa fare per avviare l'attività

Il ristoratore che intende preparare e somministrare alimenti privi di glutine deve presentare la notifica di inizio attività (o la notifica della variazione dell'attività in caso di esercizi già esistenti) per la registrazione presso gli uffici della ASL territorialmente competente. Sono esonerati da tale obbligo le strutture che eseguono preparazioni estemporanee ed occasionali, su richiesta del cliente, di piatti adatti ai celiaci in quanto realizzati con i prodotti naturalmente privi di glutine o con gli alimenti dietetici senza glutine approvati dal Ministero della Salute.

I requisiti previsti per l'attività di ristorazione per i celiaci

Affinché i prodotti siano sicuri per il consumatore celiaco è necessario escludere qualsiasi contatto con gli alimenti contenenti glutine in ogni fase di lavoro. Per questo motivo, l'attività di ristorazione per celiaci deve essere impostata e condotta sulla base di precise regole finalizzate ad evitare le contaminazioni crociate. I requisiti specifici sono indicati nella Tabella n. 1.

Il piano di autocontrollo delle attività di ristorazione per celiaci

Il ristoratore è tenuto a predisporre, attuare e mantenere un piano di autocontrollo basato sui principi del sistema HACCP in cui sia trattata e gestita, oltre alla linea produttiva destinata ai consumatori tradizionali, la specifica linea produttiva degli alimenti privi di glutine. Le procedure presenti nel piano di autocontrollo devono essere chiare, facilmente applicabili oltre che documentabili e controllabili dall'Autorità Competente. È opportuno che sia prevista l'esecuzione di analisi specifiche per evidenziare la presenza di glutine nel prodotto finito a scopo di verifica. Gli operatori del settore alimentare che si occupano della preparazione e/o della somministrazione di alimenti per celiaci devono frequentare, oltre al corso previsto per gli alimentaristi, un ulteriore modulo della durata minima di due ore in materia di celiachia (Delibera della Regione Liguria n. 793/2012).

Normativa e documentazione di riferimento

- Delibera della Regione Liguria n. 332/2015 – Indirizzi regionali per allergeni e/o glutine negli alimenti
- Associazione Italiana Celiachia: "Vademecum Celiachia" 2008
- Delibera della Regione Liguria n. 793/2012 - Linee di indirizzo per la formazione degli alimentaristi
- Legge 123/2005 – Norme per la tutela delle persone affette da celiachia
- D.L.vo 111 del 27/01/1992 relativo ai prodotti alimentari destinati ad una alimentazione particolare
- Modello notifica di inizio attività ai fini della registrazione (Regolamento 852/2004/CE art. 6)
(<http://www.asl5.liguria.it/Portals/0/ServiziTerritoriali/Prevenzione/SicurezzaAlimentare/modello%20DIA.pdf>)

Tabella 1 - Disposizioni igienico-sanitarie specifiche per l'attività di ristorazione per celiaci

Disposizioni igienico-sanitarie specifiche	
Approvvigionamento delle materie prime e dei prodotti	Possono essere utilizzati <i>materie prime naturalmente prive di glutine</i> (es. frutta e verdura fresche, carne, pesce, uova), <i>prodotti senza glutine protetti da contaminazioni accidentali</i> (es. es. tonno in scatola), <i>prodotti da forno senza glutine sfusi o preincartati preparati presso laboratori artigianali autorizzati, prodotti dietetici senza glutine approvati dal Ministero della Salute</i> ed identificati dalla dicitura "senza glutine", dal simbolo della spiga barrata o dal marchio "Alimento senza glutine – prodotto erogabile" o i <i>prodotti di consumo corrente</i> recanti la dicitura "senza glutine" che rispettino comunque il limite di 20 ppm, cioè un contenuto massimo di 20 milligrammi di glutine per chilo di prodotto.
Conservazione delle materie prime e dei semilavorati	I prodotti non deperibili devono essere stoccati in appositi locali/spazi/arredi, i prodotti deperibili in appositi dispositivi frigoriferi che ne riportino all'esterno specifica identificazione. Se l'attività è ridotta è consentito l'utilizzo di uno spazio promiscuo (es. un unico armadietto o frigorifero) a condizione che i prodotti siano posizionati all'interno di contenitori dedicati, chiusi ed identificati (es. etichette o cartellini colorati). Qualora le confezioni siano state aperte, i prodotti devono risultare efficacemente protetti utilizzando idonei sistemi di chiusura (es. contenitori ermetici, sacchetti, pellicole).
Preparazione degli alimenti	La preparazione degli alimenti per celiaci deve essere svolta in un locale totalmente separato dagli altri locali e dotato di arredi, attrezzature ed utensili dedicati oppure in una zona ben separata funzionalmente dagli altri spazi di lavorazione e dotata di piani di lavoro ad uso esclusivo. È obbligatorio disporre di locali dedicati e di attrezzature distinte se l'attività presenta un alto rischio di contaminazione (es. uso di farine in panetterie, pasticcerie e panifici). Per "locale dedicato" si intende che il locale dove si prepara la produzione senza glutine è completamente separato da quello dove si lavora anche il glutine con pareti, porte e soffitti. Qualora non si disponga di locali o di zone dedicate né di attrezzature specifiche, l'allestimento delle preparazioni prive di glutine può essere realizzato in momenti appositamente dedicati (es. una giornata specifica o uno spazio temporale preciso della giornata), iniziando il ciclo di lavorazione con la preparazione degli alimenti per celiaci e previa accurata sanificazione di piani di lavoro, attrezzature ed utensili, a condizione che l'attività svolta consenta l'effettiva separazione delle lavorazioni. È ammesso l'utilizzo di attrezzature comuni (friggitrici, piastre, impastatrici, ecc.) utilizzate in tempi diversi purché la procedura di pulizia attuata garantisca l'eliminazione di ogni traccia di glutine. Se la conformazione delle attrezzature è tale da compromettere l'efficacia delle operazioni di pulizia (es. tostapane, grattugia) è necessario dotarsi di strumenti specifici per l'allestimento delle preparazioni prive di glutine. Sono ammesse dispositivi di cottura comuni se la procedura di pulizia applicata garantisce la rimozione di ogni traccia di glutine. L'impiego degli stessi forni per la realizzazione di prodotti con o senza glutine è ammessa solo se queste possiedono caratteristiche tecniche adeguatamente documentate che garantiscano il controllo del rischio correlato alla polverizzazione della farina. Le stoviglie e gli utensili devono essere specifici per la preparazione di alimenti privi di glutine, devono essere conservati al riparo da ogni fonte di contaminazione e devono essere chiaramente identificati (es. pentole e mestoli con manici colorati). Se non si dispone di stoviglie ed utensili distinti, questi devono essere accuratamente lavati prima dell'impiego.
Vendita e somministrazione degli alimenti	È consentita l'esposizione e la vendita dei prodotti per celiaci nello stesso locale di alimenti di consumo corrente a condizione che siano tenuti in aree o zone ben identificate e separate e che siano distribuiti con utensili appositi, chiaramente distinguibili e dedicati esclusivamente all'utilizzo. Qualora i prodotti non siano somministrati direttamente (es. panini), è necessario effettuare le operazioni di preincarto nel locale o nella zona dedicati alla preparazione di alimenti privi di glutine. I materiali utilizzati per il preincarto devono essere mantenuti separati da quelli di uso comune e al riparo da ogni fonte di contaminazione e non devono presentare rotture o discontinuità. In caso di somministrazione o vendita di prodotti senza glutine privi di involucro protettivo si suggerisce di evitare il libero accesso ai prodotti da parte del pubblico.
Servizio degli alimenti	Nel caso del servizio al tavolo è necessario utilizzare piatti distinti (es. decorazioni o colorazioni diverse, bandierina) per evitare di scambiare pietanze con o senza glutine.
Trasporto delle materie prime e dei prodotti	Le materie prime ed i prodotti devono essere posizionati all'interno di contenitori dedicati, chiusi ed identificati (es. etichette o cartellini colorati), soprattutto in caso di trasporto promiscuo con altri alimenti di consumo corrente.
Igiene del personale	Il personale addetto alla preparazione di alimenti senza glutine deve indossare indumenti puliti e non contaminati oppure, sopra la divisa in uso, camici o grembiuli monouso. Gli indumenti da utilizzare devono essere conservati in luoghi puliti o in armadietti chiusi, al riparo da ogni fonte di contaminazione (es. all'interno di sacchetti chiusi ermeticamente). Prima di iniziare l'attività e dopo aver toccato alimenti contenenti glutine è necessario lavarsi accuratamente le mani.
Modalità operative	È necessario che il personale addetto alla preparazione di alimenti senza glutine lavori nel rispetto delle norme necessarie per evitare la contaminazione dei prodotti destinati ai celiaci. Alcuni esempi: <ul style="list-style-type: none"> • non cucinare i cibi destinati ai celiaci in pentole non lavate già utilizzate per la preparazione di alimenti contenenti il glutine; • non utilizzare l'acqua di cottura impiegata per la pasta con glutine per allungare sughi e risotti o per lessare verdura o riso destinati ai celiaci; • non utilizzare l'olio di frittura utilizzato per la cottura di alimenti con glutine per la frittura di alimenti senza glutine; • non cucinare in cestelli multicottura se utilizzati per la cottura di alimenti con glutine; • collocare il cestino del pane a distanza dal celiaco e controllare che sulla tovaglia non siano presenti briciole; • non aggiungere agli alimenti privi di glutine ingredienti non idonei ai celiaci (es. torrone, cialde, granelle di biscotti nel gelato senza glutine); • pulire il filtro della macchina per il caffè se questa è stata utilizzata per la preparazione dell'orzo prima di allestire prodotti della caffetteria destinati ai celiaci; • utilizzare zuccheriere dedicate ai celiaci.