

Rischi alimentari in cucina: l'intervista a Daniela Maurizi

scritto da Amanda Arena | 18/10/2018



In ambito domestico e nella ristorazione il cibo può essere fonte di pericoli per la salute. Impariamo quali sono le regole da rispettare per una corretta prevenzione.

I rischi alimentari in cucina sono di varia natura e conoscerli è il primo passo per evitarli. Per questo abbiamo chiesto a [Daniela Maurizi](#), chimica specializzata in **sicurezza alimentare**, Amministratore Delegato del [Gruppo Maurizi](#), scrittrice e blogger, di illustrarci alcune regole utili in questo campo.

Come trasportare, conservare e manipolare gli alimenti in sicurezza? Quali sono i rischi alimentari più comuni in cucina e nella ristorazione? Nell'intervista troveremo molte risposte.

Daniela Maurizi e i rischi alimentari in cucina: l'intervista

Grazie per il suo tempo dott.ssa Maurizi. Quali sono i rischi alimentari in cucina?

Si dividono in due macrocategorie, la prima riguarda la **conservazione degli alimenti** che portiamo a casa dal mercato o dal supermercato, la seconda attiene alla **preparazione degli alimenti** stessi.

Ci spiega nel dettaglio le due tipologie?

Quando ci riferiamo alla **conservazione degli alimenti** bisogna stare attenti, innanzitutto, al trasporto delle cose acquistate al mercato o al supermercato. Quelle deperibili vanno inserite nelle apposite buste (che mantengono il freddo) e, comunque sia, entro un'ora al massimo dalla spesa, vanno riposte nel frigo o nella dispensa per impedire uno shock termico dannoso per gli alimenti. In casa è bene mettere in frigorifero tutto ciò che è deperibile (compresi gli alimenti sottovuoto) e nella credenza tutto il resto. In entrambi i casi bisogna tenere conto della famosa regola di magazzino (first-in, first-out) mettendo nella parte posteriore le cose acquistate più recentemente in modo da consumarle dopo quelle più vecchie. Questo consente una rotazione del magazzino e si evitano due cose: la **scadenza dei prodotti** (e le relative conseguenze per la nostra salute se ne facciamo uso oltre la data consentita) e lo **spreco alimentare**.

Ci sono regole precise sulla disposizione degli alimenti in frigorifero?

Certo. Bisogna riporre le verdure nell'apposito cassetto inferiore dove la temperatura è idonea, ponendo molta attenzione a carne, pesce, alimenti freschi in genere. Al fine di evitare la contaminazione tra questi ultimi e gli altri presenti in frigo, è necessario mantenere la confezione originale o, in alternativa, una pellicola o contenitori per evitare che i liquidi (ad es. i batteri del pesce che muoiono durante la cottura) possano cadere sugli altri (ad es. l'insalata che va consumata cruda). Ovviamente, ad intervalli regolari, occorre pulire il frigorifero e la dispensa.

Nella preparazione dei cibi, invece, quali sono i rischi e le accortezze?

Questo è un altro aspetto importante in cucina. Dobbiamo stare attenti a tutti gli utensili utilizzati e alle nostre mani, ai piani di lavoro e ai taglieri. Tutto ciò che utilizziamo dev'essere pulito in maniera accurata e non destinato ad usi diversi da quelli che riguardano in senso stretto la cucina. Se abbiamo utilizzato un tagliere o un coltello per il pollo, mettiamo tutto in lavastoviglie e per tagliare la verdura utilizziamone altri, non gli stessi precedentemente impiegati. Un uso scorretto degli utensili può esporci ai rischi alimentari della **contaminazione crociata** con il passaggio dei batteri da un alimento all'altro. Allo stesso modo, le nostre mani vanno lavate ad ogni preparazione; lo stesso dicasi per i guanti da sostituirsi ad ogni cambio di lavorazione.

Quali sono i rischi rilevati più di frequente nelle attività di ristorazione e nelle aziende alimentari?

In entrambe le realtà, i rischi sono di vario tipo e riguardano tutti gli addetti che manipolano prodotti alimentari. Innanzitutto, c'è il **rischio di tipo fisico**: si va dal capello, che si può trovare nella pietanza, all'oggetto di metallo, al pezzetto di vetro, al meccanismo della linea di produzione o ai sassolini presenti nella lavorazione delle verdure, ecc. Per evitare tali tipi di contaminazioni bisogna formare il personale, nonché monitorarne l'igiene. Tutti gli operatori devono indossare un copricapo che raccolga i capelli. La formazione dei dipendenti è fondamentale; non si devono indossare monili, smalto, ecc. Bisogna fare attenzione, altresì, alla bonifica del piano di lavoro. Inoltre, ci sono i **rischi biologici** provenienti da insetti, uccelli, ecc. che si possono infilare in produzione ed essere trovati dal consumatore finale. Pertanto, tutte le cucine dei prodotti alimentari sono dotate di *pace-control* per evitare che tutti questi contaminanti infestanti entrino negli ambienti.

Cosa ci può dire sulla gestione dei rifiuti?

È fondamentale gestire i rifiuti nella maniera appropriata senza accumularli, pulire i canali di scolo, i pozzetti, ecc. In aggiunta a questo, bisogna attivare delle campagne di monitoraggio - che vanno eseguite sempre da ditte specializzate - per valutare la presenza di infestanti di cui non ci accorgiamo all'interno dei locali della cucina.

Come si prevencono i rischi di natura microbiologica, tipo batteri o virus?

Si può affermare che i batteri sono ubiquitari, ognuno ha la propria peculiarità e va trattato in

maniera diversa. Gli alimenti vanno mantenuti in maniera adeguata (trasporto all'interno di camion puliti e celle frigorifere idonee alla temperatura giusta con adeguato monitoraggio). La temperatura è il fattore critico nella guerra ai rischi alimentari di natura microbiologica. Le temperature basse (congelamento, surgelazione o la semplice conservazione in frigorifero) rallentano la crescita batterica. La cottura e le alte temperature, invece, uccidono i batteri, le tossine (prodotto chimico emesso dai batteri) non vengono eliminate. Pertanto, l'importante è non fare crescere i batteri nell'alimento anche se poi lo cuociamo. In questo caso l'operatore ha tantissima responsabilità: durante le lavorazioni egli non deve né prendere in mano la scopa per non contaminare gli alimenti, né fare le pulizie dopo aver manipolato gli stessi.

Esistono altri rischi alimentari che non ha citato finora?

Ci sono gli **allergeni**, sostanze capaci di determinare allergie, che devono essere evidenziati in etichetta con un carattere ben riconoscibile in modo da potere riscontrare la presenza dell'ingrediente a cui siamo intolleranti. Nella produzione di un cornetto [senza glutine](#), ad esempio, non deve esserci assolutamente - all'interno dell'intera catena produttiva - alcuna contaminazione da farina. E da qui può scaturire la dicitura "*may content*" mediante la quale l'azienda si sgrava dalla responsabilità, ammettendo di fare uso di allergeni, per cui si può profilare una contaminazione. Chiaramente, questa dicitura dovrebbe essere usata il meno possibile. Ogni azienda dev'essere in grado di produrre, attraverso le procedure appropriate, un prodotto che contenga soltanto determinati ingredienti privi dell'allergene in questione.

Se nel caso di un prodotto confezionato siamo abbastanza tranquilli nell'identificare l'allergene, al ristorante (e in tutti i locali dove c'è somministrazione) la cosa è più complicata perché nel menu non c'è scritto alcunché al riguardo. E non è obbligatorio scriverlo: basta l'informazione da parte dell'operatore. In questo caso il personale di sala dev'essere istruito; bisogna fare tantissima attenzione perché a causa degli allergeni si può finire in ospedale.

Passiamo al rischio chimico: cos'è e come si affronta?

Il **rischio chimico** interessa due aspetti. Il primo è quello che possiamo definire "in-house" dato dalla contaminazione da detergenti: quando si puliscono i piani di lavoro sui quali verranno riposti gli alimenti si deve utilizzare il detergente assolutamente secondo le avvertenze indicate in etichetta. Non si devono usare dosi maggiori perché non si riuscirebbe a risciacquare, e neanche minori in quanto l'efficacia è provata a determinate dosi. Solo se si seguono accuratamente le procedure relative all'uso e al risciacquo siamo sicuri sulla contaminazione di questo tipo.

Quali sono gli altri tipi di contaminazioni?

Ci sono altri tipi di contaminazione derivanti dalle materie prime e possono essere le **contaminazioni da metalli**, insite nell'alimento o nel barattolo in cui è contenuto o provenire da materiali a contatto con l'alimento. In quest'ultimo caso possiamo parlare di **contaminazione derivante dal packaging**, basti pensare a quelle da polimeri della plastica. La plastica non è un materiale lavorabile di per sé per cui si utilizzano dei plastificanti per renderla duttile e, quindi, in grado di essere un foglio che avvolga la confezione. I plastificanti possono migrare ed entrare all'interno degli alimenti. Pertanto, le aziende di produzione devono avere un grande controllo sui fornitori al fine di verificare se questi ultimi diano i cosiddetti "**MOCA**" (**M**ateriali e **O**ggetti a **C**ontatto con **gli** **A**limenti), ossia materiali idonei al contatto con un determinato alimento. La cosa importante, nel rischio chimico, è la selezione dei fornitori. Questi ultimi non devono fornire all'azienda dei materiali con contaminazioni da antiparassitari, metalli, microtossine. Possiamo quindi affermare che, se nel rischio biologico è molto importante la parte strutturale, nel microbiologico la parte dell'operatore e la presenza degli allergeni, nel rischio chimico la selezione a priori dei fornitori ha una grandissima importanza.

Appare chiaro che è importante un rigore in tutta la filiera

Si, tutte le aziende coinvolte nella produzione di materiali che, direttamente o indirettamente, entrano in contatto con gli alimenti **devono garantire per la sicurezza di ciò che stanno immettendo nel mercato**. Ad esempio, chi si fa fare il prodotto a marchio ([private label](#)), partecipa agli audit perché - secondo il regolamento 11/69 sull'etichettatura - il responsabile di quel prodotto è quello riportato in etichetta. Per cui se succede qualcosa, nel caso di un private label, l'autorità competente chiederà a chi ha messo il suo nome in etichetta e non a chi l'ha prodotto.

Per quanto riguarda le attività di ristorazione e le aziende alimentari oltre alle soluzioni normative quali l'adempimento D.Lgs. 81/08, la redazione della DVR - Documentazione Valutazione Rischi, e l'obbligo del manuale [HACCP](#), per una corretta prevenzione quali altre misure normative sono previste per tutelarsi dal punto di vista della sicurezza alimentare?

La materia alimentare e i rischi correlati sono disciplinati dal "**Pacchetto igiene**" Reg. CE 852/04, un insieme di norme di origine comunitaria, che hanno dato vita a un insieme di regole organico valido sia per il sistema alimentare sia per quello mangimistico. Assieme all'852 c'è il Reg. CE 2073/2005 che ci fornisce i parametri microbiologici applicabili a i prodotti alimentari e ai quali ci si deve conformare. Poi in ogni regione ci sono delle delibere riguardanti la formazione degli operatori, di solito divisi in due classi: OSA responsabile (Operatore del Settore Alimentare) e gli addetti, che avranno un altro tipo di formazione.