

IN ESTATE ATTENZIONE ALLE INTOSSICAZIONI ALIMENTARI

Buona parte delle intossicazioni alimentari avviene in ambito casalingo. Quando entriamo in un ristorante o in una gastronomia ci attendiamo che il personale rispetti le regole della corretta manipolazione, preparazione e conservazione del cibo, ma in casa nostra spesso dimentichiamo le più elementari indicazioni della cultura alimentare: cibi cucinati e lasciati intere giornate fuori dal frigorifero, maionese tolta dal frigorifero, portata in tavola e riposta nuovamente in frigorifero più volte, pesce o carne messi in frigo scoperti, ecc..

Quelli appena citati sono semplici esempi di comportamenti incongruenti e pericolosi, capaci di provocare intossicazioni e tossinfezioni, complici le elevate temperature ambientali che aumentano notevolmente la proliferazione batterica. Perciò in estate si registrano nei Pronto Soccorso i maggiori picchi di ricoveri legati a problematiche gastrointestinali: 3 volte su 4 l'intossicazione è avvenuta all'interno delle mura domestiche.

"Tra i responsabili delle malattie trasmesse da alimenti – spiega il dottor Ruggero Ruggeri, Direttore dell'unità operativa Igiene degli Alimenti e Nutrizione dell'Asl di Cesena - troviamo al primo posto quelli contenenti uova, seguiti da carne e pesce. I fattori di rischio più importanti sono invece: scorretta temperatura di conservazione, cottura inadeguata, consumo di cibo crudo, provenienza incerta degli alimenti, comportamenti igienici scorretti del preparatore, lungo intervallo di tempo fra preparazione e consumo. La prevenzione delle malattie infettive da alimenti richiede tre componenti fondamentali: l'operatore deve gestire il rischio all'interno della struttura in cui agisce, dalla produzione alla distribuzione; gli organi di vigilanza devono effettuare attenti controlli; il consumatore deve acquistare, preparare e conservare i cibi correttamente".

"Per quanto riguarda le materie prime - sottolinea il dottor Ruggeri - occorre sceglierle sempre fresche e sane, lavare bene frutta e verdura, non usare alimenti oltre la scadenza ed utilizzare sempre acqua potabile. Per l'igiene della cucina e delle persone, lavare sempre le mani prima di toccare alimenti e dopo l'uso di servizi igienici, lavare le superfici di lavoro e gli utensili utilizzati, tenere lontani animali ed insetti dalla cucina. Per la conservazione degli alimenti, occorre separare bene carne, pesce e uova crude dagli altri alimenti, usare coltelli e taglieri diversi per alimenti crudi e cotti e conservare gli alimenti in contenitori chiusi o ben protetti, anche in frigorifero.