AiC Associazione Italiana Celiachia
Abruzzo

Contaminazioni:
Le regole del progetto AFC

AiC Associazione Italiana Celiachia
Abruzzo

1. Le contaminazioni

Contaminazione

«Contatto fisico o morale perturbatore dell'equilibrio igienico o dei valori tradizionali o individuali; corruzione.»

Oxford Languages

- **Contaminazione accidentale:** aggiunta involontaria di glutine al prodotto alimentare che ne è privo, a causa di eventi accidentali e non voluti e, pertanto, non controllabili;
- **Cross-contamination:** incroci del prodotto senza glutine con quello con glutine lungo tutta la filiera di produzione;
- **Contaminazioni ambientali:** dovute a non corretti comportamenti (conservazione e/o preparazione)

Board Comitato Scientifico nazionale AIC

Contaminazione

Alimento senza glutine: alimento con contenuto inferiore a 20 mg/Kg (o ppm = parti per milione) di glutine

Regolamento Europeo 828/2014

La contaminazione accidentale però NON è QUANTIFICABILE

Quando un alimento senza glutine si definisce contaminato?

Secondo alcuni studi il quantitativo di glutine necessario per causare un danno rilevabile sulla mucosa intestinale, si aggirerebbe tra i10 e i 50 milligrammi al giorno di glutine assunto per almeno 90 giorni consecutivi

In quasi il 50% dei soggetti celiaci che seguono una dieta senza glutine sono presenti lievi lesioni della mucosa intestinale dovute a contaminazioni inconsapevoli.

AiC Associazione Italiana Celiachia
Abruzzo

1. Gli alimenti in commercio

Prodotti contaminati

Prodotti senza glutine <20

A basso contenuto di glutine 21-100

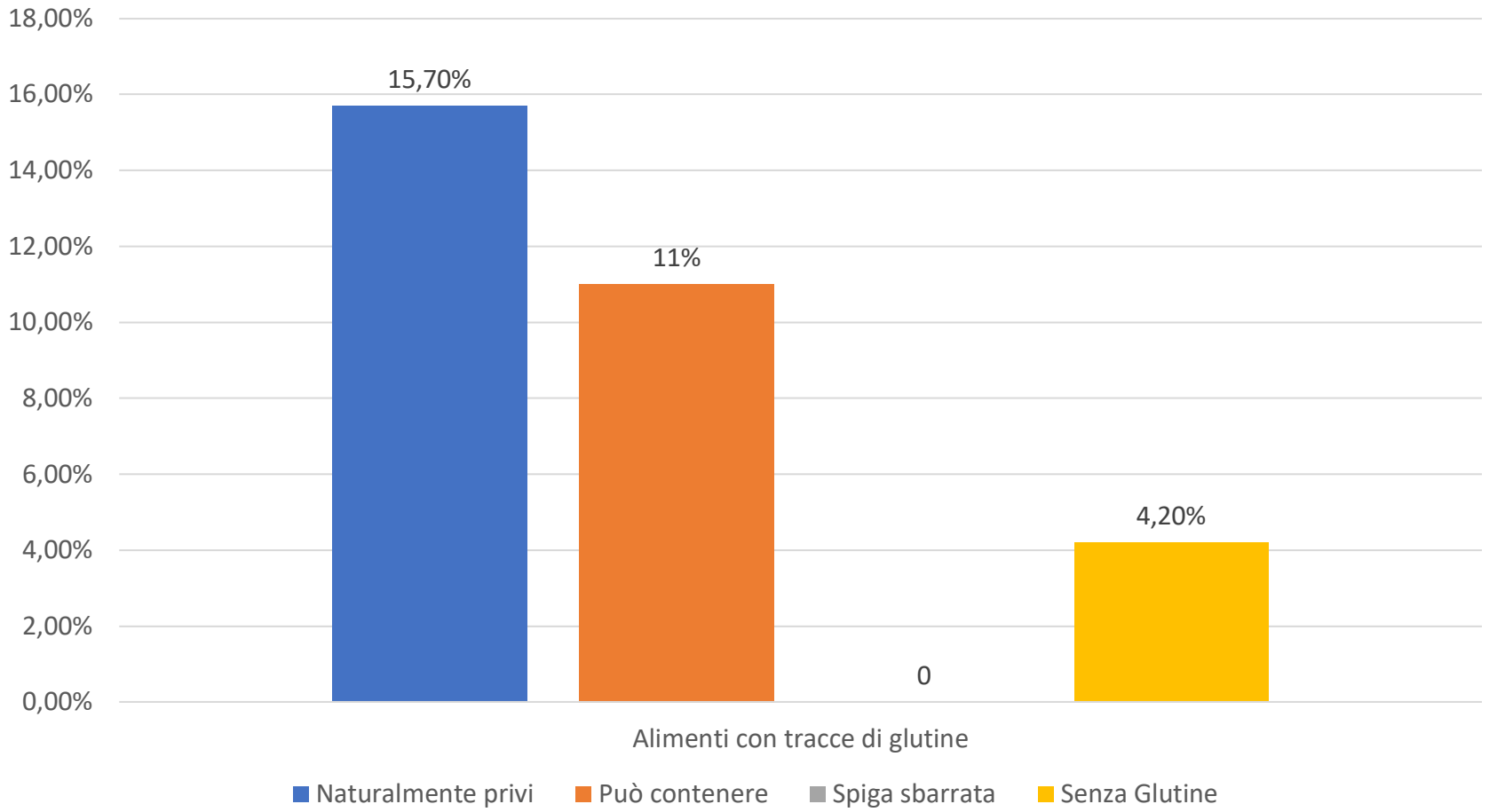
Alimenti con glutine >100

2 su 10

Alimenti naturalmente privi di glutine senza claim in etichetta risultavano contaminati

Gluten Contamination In Naturally or Labeled Gluten-Free Product Marketed in Italy

Verma AK, Gatti S, Galeazzi T, et al. *Nutrients*. 2017;9(2):115. Published 2017 Feb 7.



AiC Associazione Italiana Celiachia
Abruzzo

1. In casa

In Dispensa

1. Prevedere uno spazio separato per i prodotti senza glutine per evitare, qualsiasi rischio di contaminazione da contatto e disattenzioni involontarie sulla scelta del prodotto.
2. Tenere sempre pulite le superfici, anche quelle della dispensa.
3. Usare contenitori differenti e riconoscibili con chiusura ermetica.

In Cucina

1. Cucinare esclusivamente senza glutine.
2. Lavare accuratamente le mani.
3. Usare piani di lavoro, teglie, piastre, griglie, utensili, canovacci differenti.
4. Lavare accuratamente manualmente o in lavastoviglie qualsiasi superficie o utensile se sè ne fa un uso promiscuo utilizzando utensili differenti solo se difficili da pulire nell’immediato.

In Cucina

5. Utilizzare carta da forno o d’alluminio sulle superfici difficilmente lavabili (es. piastre o nel tostapane)
6. Prestare attenzione ad acqua o olio di cottura, facendo attenzione ad utilizzare mestoli separati o cuocendo per prime le pietanze senza glutine.
7. Si alla cottura di cibi senza e con glutine contemporaneamente nello stesso forno, avendo l’accortezza di posizionare in alto in cibi senza glutine e utilizzando sempre farina da spolvero senza glutine. Puoi tranquillamente cuocere cibi con glutine e cibi senza glutine contemporaneamente nello stesso forno.

A tavola

1. E’ consigliabile evitare scambi e passaggi di cibo glutinoso fra un commensale e l’altro.
2. Distinguere bene i vassoi, gli utensili per servire.

AiC Associazione Italiana Celiachia
Abruzzo

1. Il progetto AFC

Le regole

Nel piano di autocontrollo (HACCP) deve essere inserito il punto critico relativo al glutine, con particolare riferimento a:

- MATERIE PRIME
- TRASPORTO
- STOCCAGGIO
- PRODUZIONE (IMPIANTI E LAVORAZIONE)
- IN PIZZERIA: (TALI REGOLE SI AGGIUNGONO A QUELLE GENERALI SOPRA ELENCATE)
- SERVIZIO
- IN GELATERIA
- ASPORTO
- FORMAZIONE DEL PERSONALE

Materie prime

Gli alimenti e/o bevande, utilizzate dall'esercizio devono essere selezionate tra gli alimenti non trasformati, ovvero quelli naturalmente senza glutine, e gli alimenti trasformati:

- alimenti "permessi" (categorie a basso rischio di contaminazione);
- formulazioni apposite presenti nel Registro Nazionale dei prodotti senza glutine del Ministero della Salute, o prodotti da laboratori artigianali aderenti al programma AFC o in regola con le specifiche normative regionali/provinciali relative alla produzione e somministrazione di alimenti senza glutine, laddove esistenti;
- claim "senza glutine"
- Marchio registrato Spiga Barrata;
- alimenti inseriti nel Prontuario AIC degli Alimenti dell'AIC, edizione corrente.

Trasporto

- Acquisti: è ammesso il trasporto nello stesso sacchetto di prodotti con e senza glutine solo se in confezioni sigillate.

- Da magazzino a cucina: non trasportare gli alimenti senza glutine contemporaneamente a quelli con glutine.

Stoccaggio

- In deposito: stoccare materie prime senza glutine su scaffali dedicati ed identificati

- In cucina: stoccare materie prime senza glutine in armadietto e/o frigo dedicato o su ripiani dedicati ed identificati.

Preparazione

- Restano in vigore le regole da seguire in casa, ovviamente con un’attenzione ancora maggiore, se possibile, infatti, si consiglia l’utilizzo di una postazione dedicata alla preparazione del prodotto senza glutine.
- In particolare si deve prestare attenzione a: lavaggio mani, pulizia abbigliamento, cestelli multicottura e cottura in forno

Preparazione

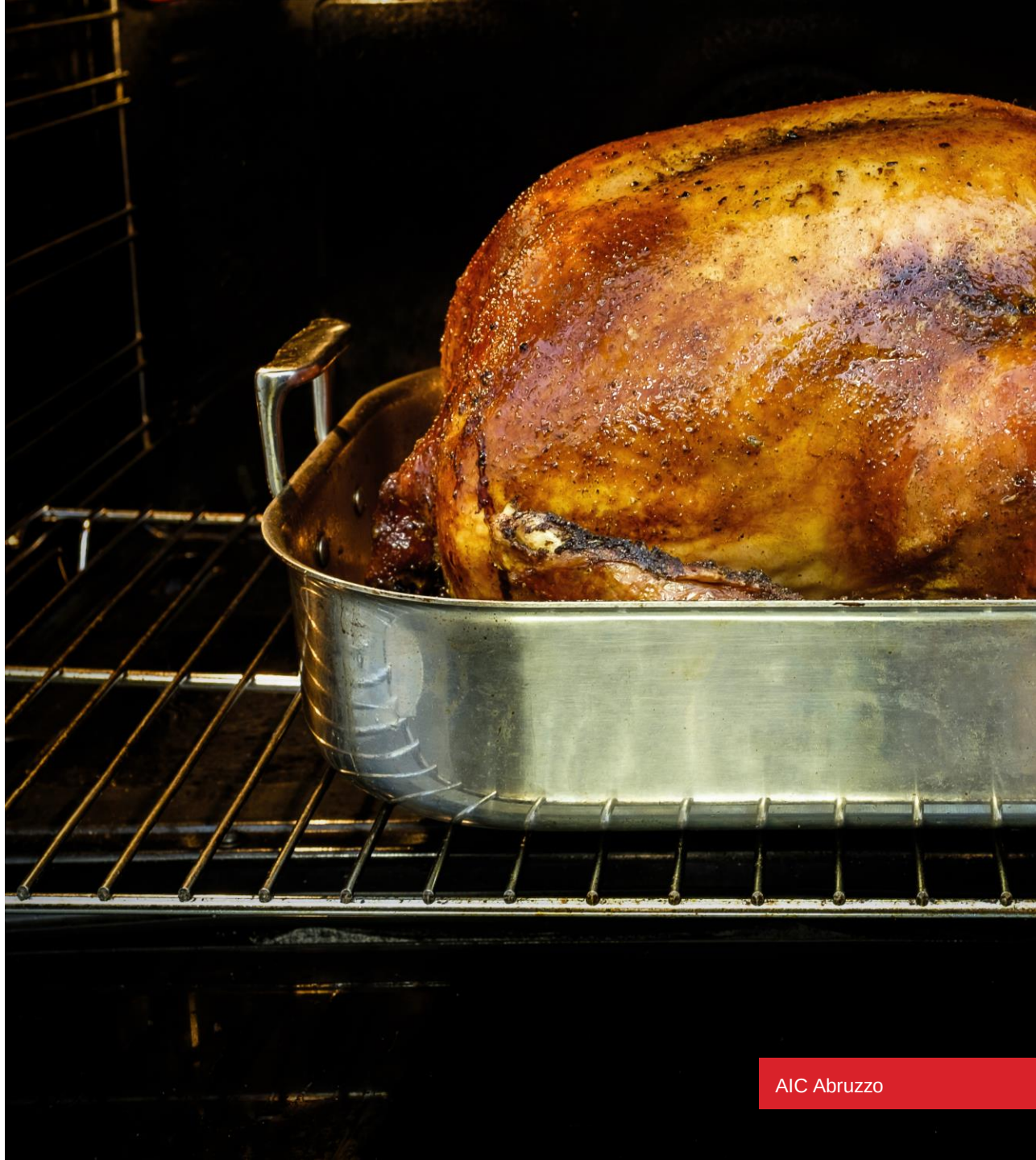
- Per le pizzerie: utilizzare forni separati, statici o lasciare aperto il forno precedentemente utilizzato per 30 minuti; non effettuare manovre con la pala che possano rischiare di contaminare la pietanza; coprire la pizza fino a che non sia infornata; condire e impiattare solo in postazione dedicata al senza glutine

Per abbattere il rischio di contaminazione il progetto prevede il solo uso di FARINA DA SPOLVERO SENZA GLUTINE

- Per le gelaterie: Gusti segnalati sul contenitore/ cartellonistica in modo chiaro, non porzionare del gelato per il cliente celiaco dalla stessa vaschetta utilizzata per la clientela o utilizzare una paletta/porzionatore dedicato e prelevando il gelato da punti diversi della vaschetta

IL GLUTINE NON E' UN VIRUS

- Molto spesso si crede che utilizzando forni ad alte temperature il glutine venga bruciato e che quindi, non costituisca più un rischio di contaminazione per i prodotti senza glutine: QUESTO E' FALSO!
- Il glutine non subisce alterazioni fisiche con le alte temperature



Servizio

- Portata: evitare di far portare dallo stesso addetto sala il piatto senza glutine assieme ad un piatto con glutine, onde evitare lo scambio di piatti;
- Segno identificativo: la portata senza glutine deve essere identificabile con chiaro segno distintivo riconoscibile dal cliente;
- Abbigliamento: indossare divise pulite e non contaminate con farina, briciole o altro.
- Briciole: assicurarsi all'inizio del servizio che sul tavolo non vi siano briciole.
- Caffè orzo: per il caffè d'orzo meglio l'utilizzo di macchine dedicate; in alternativa si richiede l'utilizzo di braccetti dedicati chiaramente riconoscibili oppure dopo ogni preparazione con il caffè d'orzo il braccetto sia staccato e sciacquato sotto acqua corrente.

Asporto

- Consegna a domicilio: non confondere gli alimenti senza glutine con gli alimenti con glutine, trasportare gli alimenti ponendo sempre il senza glutine nella parte superiore del box trasportatore; utilizzare un segno distintivo che sia riconoscibile anche a chi riceve il servizio.

Formazione

- Personale: tutto il personale, oltre al personale di riferimento, deve essere a conoscenza che la struttura offre un servizio per i celiaci; chi non si occupa del servizio senza glutine deve dirottare il cliente celiaco al personale che è informato sulle procedure e non “improvvisare”.

AiC Associazione Italiana Celiachia
Abruzzo

Grazie

dascenzodebora.dietista@gmail.com

Dascenzodebora_dietista
Dascenzodebora_dietista
Debora D’Ascenzo