

Elaborato da

- **Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione dell'Azienda Sanitaria dell'Alto Adige (S.I.A.N.)**
- **Servizi di Dietetica e Nutrizione Clinica dell'Azienda Sanitaria dell'Alto Adige**

Per ulteriori informazioni:

sian@asdaa.it

Azienda Sanitaria dell'Alto Adige:

www.asdaa.it

Immagini: Ministero della Salute, AIC, 123rf (con modifiche IA), Canva

Normativa di riferimento

La gestione delle esigenze alimentari specifiche delle persone celiache è regolamentata a livello nazionale ed europeo.

Ecco un elenco delle principali norme di riferimento:

- Regolamento (UE) n. 1169/2011, relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori (etichettatura);
- Regolamento (UE) n. 828/2014, concernente i requisiti per l'indicazione dell'idoneità degli alimenti per persone intolleranti al glutine;
- Comunicazione 2020/C 199/01, chiarimenti sulle norme per la produzione e l'etichettatura degli alimenti senza glutine;
- Legge n. 123/2005: disposizioni per la protezione delle persone affette da celiachia.

Fonti e approfondimenti

Per ulteriori informazioni in merito all'argomento puoi consultare i seguenti siti:

www.salute.gov.it

www.aoecs.org

**LA CELIACHIA
NON È UNA MODA**



**INFORMAZIONI PER ADDETTI
DEL SETTORE ALIMENTARE**

La **celiachia** è una malattia intestinale causata dall'ingestione di glutine in persone geneticamente predisposte. L'unica terapia è una dieta priva di glutine, che va seguita tutta la vita.

È importante porre la massima attenzione quando si preparano e somministrano alimenti a persone celiache.

Il **glutine** è un complesso proteico presente in molte fonti alimentari:

- in **natura** si trova in alcuni cereali: grano tenero, grano duro, segale, orzo, farro, kamut, spelta, monococco, freekeh, tritcale, gruenkern (anche il consumo di avena potrebbe essere pericoloso per i soggetti affetti da celiachia per l'elevato rischio di contaminazione);
- è contenuto nei **principali alimenti farinacei** come pasta, pane, cracker, grissini, pizza, dolci, biscotti e spesso aggiunto come **ingrediente** in cibi pronti come salumi, sughi e salse;
- rappresenta un possibile **contaminante** durante la conservazione, preparazione e lavorazione di alimenti che, in origine, sarebbero privi di glutine. La contaminazione avviene anche con quantitativi minimi di glutine come, ad esempio, una briciola di pane.

Il **tuo ruolo** come addetto del settore alimentare è essenziale: garantendo una dieta senza glutine, offri sicurezza e qualità ai clienti celiaci che decidono di venire nel tuo locale. Gestire in modo coscienzioso ogni fase della **preparazione e somministrazione** è cruciale per evitare contaminazioni e per farlo è fondamentale conoscere le **diverse categorie di alimenti** somministrabili o meno a persone celiache.

Per visionarne l'elenco completo, visita www.asdaa.it/it/materiale-informativo

Quando **scegli le materie prime** per la preparazione di pasti per persone celiache, tieni conto che possono essere usati:

- alimenti naturalmente privi di glutine all'origine e non lavorati;
- alimenti trasformati con le seguenti diciture: "senza glutine", "specificamente formulato per celiaci", "specificamente formulato per persone intolleranti al glutine", "adatto ai celiaci", "adatto alle persone intolleranti al glutine"
- prodotti formulati per celiaci notificati al Ministero della Salute, facilmente riconoscibili dal logo con dicitura "alimento senza glutine"



- materie prime prive di glutine all'origine che hanno subito processi di lavorazione riconoscibili dal marchio "Spiga Barrata"



- prodotti inseriti nel "Prontuario dietetico degli alimenti" dell'Associazione Italiana Celiachia

Quando prepari e somministri alimenti dovresti inoltre seguire alcune fondamentali misure preventive in ogni fase, allo scopo di evitare la **contaminazione** e garantire piatti sicuri per i clienti celiaci.

Durante la conservazione:

- tienili in aree specifiche separate e dedica una o più superfici di lavoro alla loro preparazione;
- se usi prodotti sfusi, conservali sempre separati e ben chiusi;
- contrassegnali con etichette così da non confonderli con quelli che contengono glutine.

Durante la preparazione:

- lava regolarmente le mani e le superfici di lavoro;
- prepara i piatti senza glutine prima di quelli con glutine;
- utilizza una divisa pulita dedicata alla loro preparazione;
- dedica a tali alimenti utensili da cucina ad uso esclusivo;
- cuocili in forno statico, avvolti nella carta alluminio e posizionali sui ripiani superiori;
- non utilizzare per la pasta senza glutine l'acqua di cottura della pasta comune (lo stesso vale per l'olio di frittura);
- non preparare il caffè con la stessa macchina usata in precedenza per il caffè d'orzo;
- per addensare salse o panare, usa farine e pangrattato senza glutine.

Durante il servizio:

- assicurati che mestoli e utensili non tocchino alimenti con glutine;
- differenzia i piatti destinati a persone celiache da quelli con glutine (ad esempio, usando piatti di diverso colore);
- verifica la corrispondenza del pasto senza glutine quando viene servito.

Il personale addetto alla produzione e somministrazione di alimenti senza glutine deve ricevere una **formazione** specifica sulla celiachia.

Inoltre, è fondamentale l'inclusione di precise istruzioni operative nel **piano HACCP** per garantire una gestione sicura di alimenti e pasti.