

SCHEDA INFORMATIVA: LA SICUREZZA ALIMENTARE



1

Traduzione italiana del documento:

WHO - Food safety

Fact sheet N°399
November 2014



A.S.L. TO5

Azienda Sanitaria Locale
di Chieri, Carmagnola, Moncalieri e Nichelino

Informazioni principali

- L'accesso a una quantità sufficiente di cibo sicuro e nutriente è essenziale per sostenere la vita e promuovere la buona salute.
- Alimenti non sicuri contenenti batteri, virus, parassiti o sostanze chimiche dannosi provoca più di 200 malattie - che vanno dalla diarrea al cancro.
- Le malattie diarroiche di origine alimentare uccidono, nel mondo, circa 2 milioni di persone ogni anno, tra cui molti bambini.
- La sicurezza alimentare, la nutrizione e la disponibilità di alimenti sono indissolubilmente legate. Alimenti non sicuri creano un circolo vizioso di malattia e malnutrizione, che colpiscono soprattutto i neonati, i bambini, gli anziani e gli ammalati.
- Le malattie di origine alimentare ostacolano lo sviluppo socio-economico creando costi a carico dei sistemi di assistenza sanitaria e sono causa di danni per le economie nazionali, il turismo e il commercio.
- Le filiere di approvvigionamento alimentare attraversano sempre più confini nazionali rendendo necessari standard di sicurezza elevati mediante una buona collaborazione tra governi, produttori e consumatori.



2

Le principali malattie di origine alimentare e le cause che le provocano

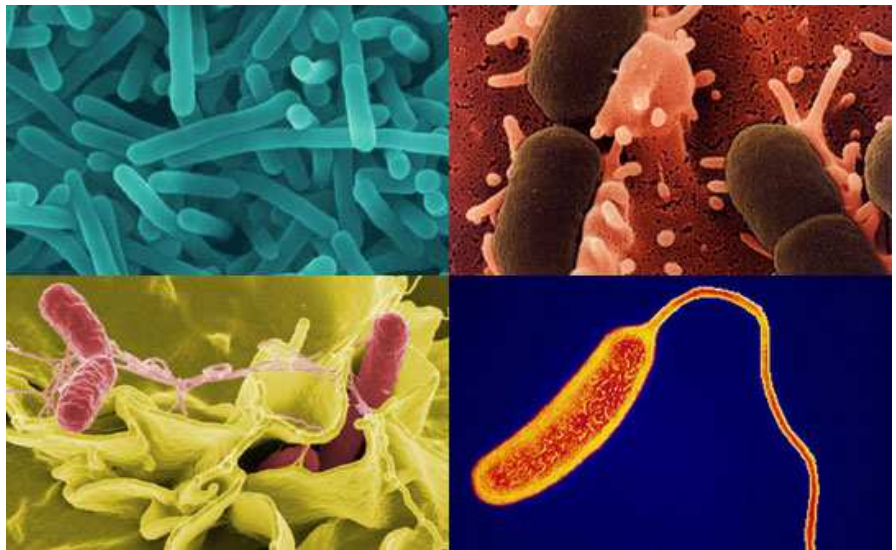
Le malattie di origine alimentare sono generalmente di natura infettiva o tossica e sono causate da batteri, virus, parassiti o sostanze chimiche che vengono veicolati attraverso cibo o acqua contaminati.

Gli agenti patogeni di origine alimentare possono causare diarrea grave o infezioni debilitanti, tra cui la meningite. La contaminazione chimica può portare ad avvelenamento acuto o malattie a lungo termine, come il cancro. Le malattie di origine alimentare possono anche portare a disabilità di lunga durata o a morte. Esempi di alimenti non sicuri includono alimenti crudi di origine animale, frutta e verdura contaminate con feci e frutti di mare contenenti biotossine marine.



Batteri:

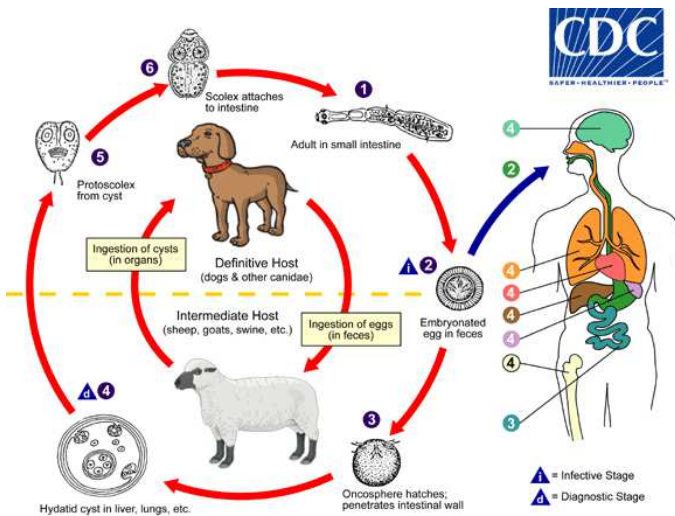
- *Salmonella*, *Campylobacter* ed *Escherichia coli* enteroemorragici sono tra i patogeni di origine alimentare più comuni che colpiscono milioni di persone ogni anno - a volte con esiti gravi e mortali. I sintomi sono rappresentati da febbre, mal di testa, nausea, vomito, dolori addominali e diarrea. Esempi di alimenti coinvolti in focolai di salmonellosi sono le uova, il pollame e altri prodotti di origine animale. Casi di origine alimentare da *Campylobacter* sono causati principalmente da latte crudo, pollame crudo o poco cotto e acqua potabile. Gli *Escherichia coli* enteroemorragici sono associati a latte non pastorizzato, carne poco cotta e frutta e verdura fresca.
- L'infezione da *Listeria* porta ad aborti imprevisti o morte nei neonati. Sebbene l'insorgenza della malattia sia relativamente bassa, le conseguenze di infezione da *Listeria* per la salute risultano gravi e talvolta fatali, soprattutto tra i neonati, i bambini e gli anziani. *Listeria* può essere presente nei latticini non pastorizzati e in vari alimenti pronti per il consumo, inoltre può crescere a temperature di refrigerazione.
- *Vibrio cholerae* infetta le persone attraverso acqua o cibo contaminati. I sintomi comprendono dolore addominale, vomito e diarrea acquosa profusa, che può portare a grave disidratazione e perfino a morte. Riso, verdure, zuppa di miglio e vari tipi di frutti di mare sono stati coinvolti in epidemie di colera.



Antimicrobici, come gli antibiotici, sono essenziali per curare infezioni causate da batteri. Tuttavia, il loro uso eccessivo e improprio in medicina veterinaria e umana è stato collegato all'emergenza e alla diffusione di batteri resistenti, rendendo il trattamento di malattie infettive inefficace negli animali e nell'uomo. I batteri resistenti entrano nella catena alimentare attraverso gli animali (ad es. *Salmonella* attraverso i polli). La resistenza antimicrobica è una delle principali minacce per la medicina moderna.

Virus:

Le infezioni da Norovirus sono caratterizzate da nausea, vomito incoercibile, diarrea acquosa e dolore addominale. Il virus dell'Epatite A può provocare malattie del fegato croniche e si diffonde in genere attraverso i frutti di mare crudi o poco cotti o prodotti crudi contaminati. Addetti alla manipolazione infetti sono spesso la fonte di contaminazione degli alimenti.



Parassiti:

Alcuni parassiti, come trematodi veicolati dai pesci, vengono trasmessi solo attraverso gli alimenti. Altri, per esempio *Echinococcus* spp, possono infettare le persone attraverso il cibo o il contatto diretto con gli animali. Altri parassiti, come *Ascaris*, *Cryptosporidium*, *Entamoeba histolytica* o *Giardia*, entrano nella catena alimentare attraverso acqua o suolo e possono contaminare i prodotti freschi.

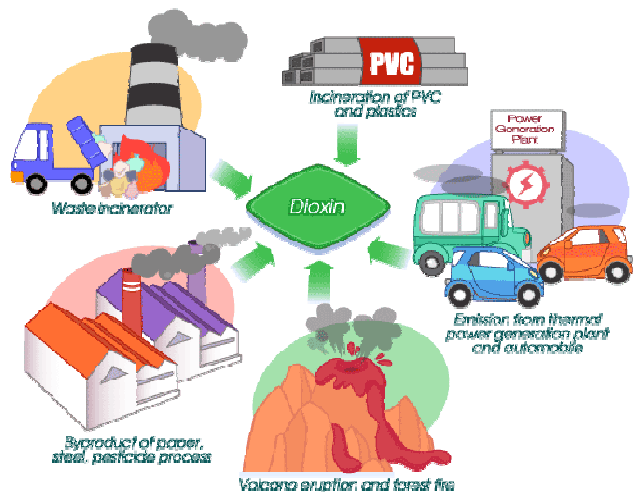
Prioni:

I prioni, agenti infettivi composti da proteine, sono unici in quanto sono associati a specifiche forme di malattie neurodegenerative. L'encefalopatia spongiforme bovina (BSE o "morbo della mucca pazza") è una malattia da prioni nei bovini, associata alla variante della malattia di Creutzfeldt-Jakob (vCJD) nell'uomo. Consumare prodotti bovini contenenti materiale specifico a rischio, ad esempio tessuto cerebrale, è la via più probabile per la trasmissione del prione all'uomo.

Sostanze chimiche:

Tossine presenti in natura e sostanze inquinanti ambientali sono la causa di maggiore preoccupazione per la salute.

- Le **tossine presenti in natura** comprendono le micotossine, le biotossine marine, i glicosidi cianogenetici e le tossine presenti nei funghi velenosi. Alimenti di base come il mais o i cereali possono contenere alti livelli di micotossine, quali aflatossine e ocratossina. Una esposizione a lunga durata può influenzare il sistema immunitario e il normale sviluppo, oppure provocare il cancro.
- Gli **inquinanti organici persistenti (POP)** sono composti che si accumulano nell'ambiente e nel corpo umano. Esempi noti sono le diossine e i policlorobifenili (PCB), che sono sottoprodotti indesiderati di processi industriali e dell'incenerimento dei rifiuti. Si trovano in tutto il mondo nell'ambiente e si accumulano nella catena alimentare animale. Le diossine sono altamente tossiche e possono causare problemi riproduttivi e di sviluppo, danneggiare il sistema immunitario, interferire con gli ormoni e causare il cancro.
- I **metalli pesanti** come il piombo, il cadmio e il mercurio causano danni neurologici e renali. La contaminazione da metalli pesanti negli alimenti avviene principalmente attraverso l'inquinamento dell'aria, dell'acqua e del suolo.



Il mondo in continua evoluzione e la sicurezza alimentare

Le forniture alimentari sicure sostengono le economie nazionali, il commercio e il turismo, contribuiscono alla sicurezza alimentare e nutrizionale, e favoriscono lo sviluppo sostenibile.

L'urbanizzazione e i cambiamenti nelle abitudini di consumo, compresi i viaggi, hanno aumentato il numero di persone che comprano e mangiano cibo preparato in luoghi pubblici. La globalizzazione ha innescato una crescente domanda dei consumatori per una più ampia varietà di alimenti, con un conseguente aumento in complessità e lunghezza della catena alimentare globale.

Mentre la popolazione mondiale cresce, l'intensificazione e l'industrializzazione dell'agricoltura e della produzione animale per soddisfare la crescente domanda di prodotti alimentari crea opportunità e sfide per la sicurezza alimentare. Si prevede che il cambiamento climatico impatterà sulla sicurezza alimentare, poiché le variazioni di temperatura modificano i rischi connessi con la produzione alimentare, lo stoccaggio e la distribuzione.



Queste sfide conferiscono maggiori responsabilità ai produttori alimentari e ai gestori. Incidenti locali possono evolvere rapidamente in emergenze internazionali a causa della velocità e la dimensione di distribuzione del prodotto. Gravi focolai di malattie trasmesse dagli alimenti si sono verificati in tutti i continenti negli ultimi dieci anni, spesso amplificati dal commercio globalizzato.

Gli esempi includono la contaminazione di alimenti per lattanti con melamina nel 2008 (che ha colpito 300.000 neonati e bambini piccoli, 6 dei quali sono morti nella sola Cina), e nel 2011 l'epidemia da *Escherichia coli* enteromorragico in Germania legata a germogli di fieno greco contaminati, dove sono stati segnalati casi in 8 paesi in Europa e Nord America, con un bilancio di 53 morti. Nel 2011 l'epidemia da *E.coli* in Germania ha causato 1,3 miliardi di dollari di perdite per gli agricoltori e le industrie e il pagamento di US \$ 236,000,000 per gli aiuti di emergenza ai 22 Stati membri dell'Unione europea.

Sicurezza alimentare: una priorità di salute pubblica

Gli alimenti non sicuri pongono a rischio la salute globale, mettendo in pericolo tutti. I neonati, bambini, donne incinte, anziani e immunocompromessi sono particolarmente vulnerabili.

Le malattie diarroiche di origine alimentare uccidono circa 2 milioni di persone ogni anno, tra cui molti bambini, in particolare nei paesi in via di sviluppo. Gli alimenti non sicuri creano un circolo vizioso di diarrea e malnutrizione, minacciando lo stato nutrizionale dei più vulnerabili. Dove le forniture alimentari sono inaccessibili, le persone tendono a scegliere diete meno sane e consumano più "alimenti non sicuri" - in cui pericoli chimici, microbiologici, etc. comportano rischi per la salute.

I governi dovrebbero fare della sicurezza alimentare una priorità di salute pubblica, in quanto svolgono un ruolo fondamentale nello sviluppo di politiche e quadri normativi, per stabilire e attuare sistemi efficaci di sicurezza alimentare al fine di garantire che i produttori alimentari e i fornitori lungo tutta la catena alimentare operino in maniera responsabile e forniscano alimenti sicuri per i consumatori.

Il cibo può essere contaminato in qualsiasi punto della produzione e della distribuzione, e la responsabilità principale ricade sui produttori alimentari. Eppure la gran parte dei casi di malattie trasmesse dagli alimenti è causata da cibi preparati in modo non corretto o improprio a casa, negli stabilimenti dei servizi di ristorazione o nei mercati. Non tutti gli operatori del settore alimentare e i consumatori comprendono il ruolo che devono svolgere, come ad esempio l'adozione di pratiche igieniche di base per l'acquisto, la vendita e la preparazione di alimenti per proteggere la loro salute e quella della comunità.

Tutti possono contribuire a rendere gli alimenti sicuri. Ecco alcuni esempi di azioni efficaci:

I decisori politici possono:

- costruire e mantenere adeguati sistemi e infrastrutture per i controlli (ad es. laboratori) in grado di gestire i rischi per la sicurezza alimentare lungo tutta la catena alimentare e rispondere adeguatamente di fronte alle emergenze;
- favorire la collaborazione multisettoriale tra sanità pubblica, salute degli animali, agricoltura e altri settori per una migliore comunicazione e la definizione di strategie comuni;
- inserire la sicurezza alimentare nelle politiche e nei programmi alimentari (ad es. la nutrizione e la sicurezza alimentare);
- pensare globalmente e agire localmente per garantire la produzione di cibo sia a livello nazionale che internazionale.



Cinque punti chiave per alimenti più sicuri

Abituatevi alla pulizia Perché?
 ✓ Lavate le mani prima di toccare gli alimenti e i bevande spesso mentre lavorate in cucina
 ✓ Lavate le mani dopo essere stati al bagno
 ✓ Lavate e disinfettate tutte le superfici di lavoro e i materiali che entrano in contatto con gli alimenti
 ✓ Tenete lontano gli insetti, i roditori e altri animali dagli alimenti e dalla cucina

Separate gli alimenti crudi da quelli cotti Perché?
 ✓ Separate la carne, la pollastra e il pesce crudo dagli altri alimenti
 ✓ Non riutilizzate per altri alimenti utensili e materiale come i coltelli e i taglieri che avete usati per alimenti crudi
 ✓ Conservate gli alimenti in recipienti chiusi per evitare ogni contatto tra alimenti crudi e alimenti pronti al consumo

Fate cuocere bene gli alimenti Perché?
 ✓ Fate cuocere bene gli alimenti in padelle, forni, bollitori, kuone
 ✓ Portate i cibi come le zuppe e i sughi a ebollizione per assicurarsi che abbiano raggiunto 70°C. Per scartare la pellicola verificatene non siano intesi in alternativa, misurate con un termometro la temperatura a cuore
 ✓ Riciclate bene gli alimenti cotti e raffreddateli che volete servirne calda

Tenete gli alimenti alla giusta temperatura Perché?
 ✓ Non lasciate alimenti cotti oltre le due ore a temperatura ambiente
 ✓ Rinfrescate rapidamente tutti gli alimenti cotti e le bevande facilmente deperibili (preferibilmente a temperature superiori a 5°C) gli alimenti cotti.
 ✓ Mantenete il caldo a temperature superiori a 60°C gli alimenti cotti.
 ✓ Non conservate gli alimenti troppo a lungo, anche se posti in frigorifero
 ✓ Non conservate gli alimenti in ambiente di alimenti surgelati o congelati
 ✓ Non scongelate a temperatura ambiente gli alimenti surgelati o congelati

Utilizzate solo acqua e materie prime sicure Perché?
 ✓ Utilizzate solo acqua potabile e trattata in modo da escludere qualsiasi contaminazione
 ✓ Scegliete materie prime fresche e sane
 ✓ Scegliete alimenti trattati in modo tale da non presentarsi rischi
 ✓ Date la preferenza ad alimenti trattati in modo tale da non presentarsi rischi
 ✓ Lavate bene frutta e verdura soprattutto se i consumatori crudi
 ✓ Non utilizzate alimenti oltre la loro data di scadenza

Conoscere = Prevenire

Coloro che manipolano gli alimenti e i consumatori possono:

- conoscere il cibo che consumano (leggere le etichette sulle confezioni di cibo, fare una scelta informata, familiarizzare con i rischi alimentari comuni);
- gestire e preparare il cibo in modo sicuro, praticando "Le Cinque chiavi dell'OMS per alimenti più sicuri" a casa oppure, in caso di vendita, nei ristoranti o nei mercati locali;
- coltivare frutta e verdura utilizzando "Le Cinque chiavi dell'OMS per alimenti più sicuri" per ridurre i rischi legati alla contaminazione microbica.

Le risposte dell'OMS



L'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) mira a favorire la prevenzione globale, il rilevamento e la risposta alle minacce per la salute pubblica collegate agli alimenti a rischio. Garantire la fiducia dei consumatori nelle loro autorità e la fiducia nella fornitura di alimenti sicuri è un obiettivo dell'OMS.

Per fare questo, l'OMS aiuta gli Stati membri a rafforzare la capacità di prevenire, individuare e gestire i rischi di origine alimentare al fine:

- fornire valutazioni scientifiche indipendenti sui rischi microbiologici e chimici che costituiscono la base per gli standard alimentari internazionali, linee guida e raccomandazioni, noto come il *Codex Alimentarius*, al fine di garantire la sicurezza degli alimenti indipendentemente dall'origine;
- valutare la sicurezza delle nuove tecnologie utilizzate nella produzione di alimenti, come la modifica genetica e le nanotecnologie;
- contribuire a migliorare i sistemi alimentari nazionali e i quadri giuridici, e implementare infrastrutture adeguate per gestire i rischi per la sicurezza alimentare. L'*International Food Safety Authorities Network (INFOSAN)* è stato istituito dall'OMS e dalla *Food and Agriculture Organization* delle Nazioni Unite (FAO) per condividere rapidamente le informazioni in caso di emergenze di sicurezza alimentare;
- promuovere la manipolazione sicura degli alimenti attraverso programmi di prevenzione delle malattie e di sensibilizzazione sistematiche, attraverso messaggi e materiale informativo sulle "Cinque chiavi per alimenti più sicuri" dell'OMS;
- sostenere la sicurezza alimentare come una componente importante della sicurezza sanitaria e integrarla nelle politiche nazionali e nei programmi in linea con l'*International Health Regulations (IHR - 2005)*.

7

L'OMS lavora in stretta collaborazione con la FAO, l'Organizzazione Mondiale per la Salute Animale (OIE) e altre organizzazioni internazionali per garantire la sicurezza alimentare lungo tutta la catena alimentare, dalla produzione al consumo.