la sicurezza alimentare *passa dalle mani!*

di Antonio Bagnati

Quando si ha a che fare con gli alimenti è indispensabile una corretta e perfetta igiene delle mani. Ne va della nostra sicurezza, come a più riprese ha sottolineato anche l'Oms. Tutto parte dall'adozione di corretti comportamenti e prassi igieniche. L'argomento è molto sentito nell'industria alimentare, dove anche il minimo errore può finire per costare molto caro.

Le mani sono una delle nostre principali interfacce con il mondo. Non l'unica, ma sicuramente una delle più complete, complesse e… rischiose, per noi e per gli altri. La pelle, a ben guardare, rappresenta l'involucro del nostro corpo che ha la funzione di proteggerci dai pericoli provenienti dall'esterno, ma nello stesso tempo può abbastanza facilmente trasformarsi in una delle più serie minacce per la nostra salute. Sulla superficie della pelle è presente una flora batterica di natura microbica, costituita da funghi e batteri, che consente di formare una barriera contro eventuali aggressioni.

La flora "residente"

Si tratta della flora cosiddetta residente, che colonizza le cellule più esterne della pelle e di norma non provoca infezioni (a meno che non entri in contatto con parti lese, ferite, ecc.) ma impedisce il proliferare di agenti potenzialmente patogeni. Non è da confondere con la flora cosiddetta transitoria, che colonizza la pelle in seguito al contatto con soggetti o cose su cui vi sono colonie di germi patogeni. E' questa la più rischiosa, perché i suoi microrganismi possono determinare malattie quali influenza e raffreddore e, in casi più gravi, colera, tifo, epatite A e toxoplasmosi. E' proprio quella che si elimina, o si riduce drasticamente, insieme allo sporco quando ci si lava le mani. Basta anche un semplice gesto di 40-60 secondi, con acqua e sapone. Il lavaggio delle mani rappresenta una misura di prevenzione e protezione primaria in merito alla quale l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha emanato apposite linee guida e raccomandazioni ("WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care").

Anche una distrazione può costare carissima

E ciò vale tanto più laddove si entra in contatto con cibi e bevande, come nell'industria alimentare e nella GDO.

Buone prassi per progettazione dei locali e conservazione dei cibi

E questo per quanto riguarda il lavaggio delle mani vero e proprio. Un approccio globale e sistemico al problema, tuttavia, chiama in causa anche le buone prassi progettuali e di costruzione (le cosiddette Gmp, o good manufacturing practices). Innanzitutto le aree adibite alla lavorazione dei cibi devono disporre di zone idonee allo stoccaggio, di una netta separazione dei processi di cibi cotti e crudi (questo, non dimentichiamolo, vale anche per i ristoranti) e, non certo meno importante, di lavamano idonei. In generale, tutta la fase progettuale dovrà essere impostata pensando anche alle problematiche igieniche.
I locali devono essere costruiti in modo tale da garantire una facile ed adeguata **pulizia, sufficientemente ampi, rispondenti a requisiti razionali sotto il profilo igienico-sanitario, (microclima, aerazione, illuminazione), con pareti e superfici** facilmente lavabili e disinfettabili, muniti di dispositivi idonei ad evitare la pre**senza di roditori ed insetti. Devono disporre di acqua potabile in quantità suffi**ciente e di servizi in numero adeguato dotati di acqua corrente, lavabo con erogazione a comando non manuale (a pedale o con altri accorgimenti tecnici), con distributori di sapone liquido o in polvere e con asciugamani elettrici o non riutilizzabili. Altro aspetto importante, i locali dovrebbero susseguirsi in funzione del loro utilizzo distinguendo:

- **zona di stoccaggio delle derrate alimentari;**
- **zona di preparazione;**
- **zona di cottura;**
- **zona di lavaggio attrezzature;**
- **area di eliminazione dei rifiuti.**

Insomma, tutti i processi devono essere separati per eliminare, o comunque ridurre il più possibile, il rischio di contaminazioni. Altri accorgimenti riguardano la conservazione degli alimenti, deperibili e non deperibili, e l'impiego delle materie prime, che andranno utilizzate secondo l'ordine di scadenza.

Si tratta infatti di settori non solo ad alto rischio per la presenza di alimenti di varia tipologia e in diverse condizioni (solidi, liquidi, crudi, cotti, freschi, preparati, ecc.), ma anche perché questi cibi vengono immessi in mercati potenzialmente sterminati. Ecco allora che anche un errore di distrazione, come dimenticarsi di lavare le mani o di farlo con tutti i crismi, può costare carissimo a migliaia di persone, con danni incalcolabili in termini di salute e di immagine.

Tutto parte da corretti comportamenti

Tutte ragioni per le quali a più riprese, in questi anni, ci siamo soffermati sull'importanza del lavaggio delle mani con particolare riferimento ai settori a rischio, come quelli a cui è dedicato questo numero. Tutto parte, come sottolineano anche diverse pubblicazioni e corsi universitari (ebbene sì: da Padova a Roma sono molti gli atenei che dedicano interi corsi e approfondimenti al problema) la presenza di microrganismi nell'ambiente in cui viviamo è l'aspetto più importante da tener presente per ogni indicazione a carattere igienico-sanitario: per questo motivo l'adozione di un comportamento igienicamente corretto e sicuro si deve fondare su alcune conoscenze basilari sui microrganismi e sulle loro condizioni di sviluppo. Questo vale per le operazioni di pulizia, sanificazione (quel complesso di procedimenti e operazioni atti a rendere igienicamente sani l'ambiente e le attrezzature in modo da arrestare la diffusione dei microbi e di conseguenza, ridurre il rischio di contaminazione per gli alimenti), e disinfezione (il processo che determina una riduzione/distruzione dei microbi e permette di ridurre drasticamente la carica microbica eliminando completamente i germi patogeni), ma anche per l'igiene personale, che sta alla base di ogni prassi igienica. In tutto questo il lavaggio delle mani assume un'importanza centrale.

Prima di iniziare il lavoro è sacrosanto lavare le mani

Le mani, insomma, sono uno dei principali veicoli di agenti o sostanze contaminanti; per tale motivo bisogna prestare particolare attenzione al rispetto delle principali norme igieniche. Quando, dunque, bisogna lavare le mani? La prima risposta appare alquanto scontata: senz'altro prima di iniziare il lavoro, e anche dopo ogni interruzione; ma anche -per ovvie ragioni- dopo aver usato i servizi igienici, e in generale ogni volta che si passa da una lavorazione all'altra o da un alimento all'altro.

Manipoli alimenti crudi, **imballaggi sporchi o rifiuti:** lavatele!

Nel settore alimentare è buona prassi lavarsi con attenzione le mani, in ogni caso, dopo aver toccato alimenti crudi, dopo aver manipolato rifiuti o imballaggi ed utensili sporchi, dopo aver tossito, starnutito o fumato e dopo aver toccato qualsiasi altra fonte di contaminazione. Spesso però, purtroppo, per superficialità o per pigrizia, si tende a prendere alla leggera anche queste semplici norme.

Dove…

E dopo il "quando", vediamo il "dove" e il "come". Il top sarebbe lavarsi le mani utilizzando lavabi muniti di comando non manuale, seguendo la logica del no-touch, che si va sempre più diffondendo in ambito professionale e, in generale, nelle comunità e ovunque ci sia un grande passaggio. A volte, però, le strutture sono quello che sono e non dispongono di questa tecnologia. In casi come questo biso-

gna aver premura di non toccare direttamente con le mani i rubinetti, ma usare salviette monouso.

Uno sbaglio da non commettere

Un errore che frequentemente si commette è quello di utilizzare le vasche adibite al lavaggio degli alimenti o i lavabi della cucina: questo non va mai fatto nell'industria alimentare e dove si manipolano cibi. Per lavarsi le mani, occorre sempre utilizzare un sapone liquido (il motivo è chiaro: la classica saponetta, ormai in calo anche in ambito domestico, viene toccata più volte e da molti e rischia di diventare essa stessa un ricettacolo di sporcizia e germi).

Ed ecco come lavarsele

Proseguendo con le famose "5 w" tanto care al giornalismo anglosassone, passiamo al "come". Per una prassi corretta è necessario innanzitutto distribuire il detergente su mani e avambracci (è importante non fermarsi ai polsi, ma lavarsi l'intero avambraccio) ed effettuare un'accurata pulizia; risciacquare abbondantemente con acqua corrente; asciugare con aria calda (i normali dispositivi arrivano a circa 60°) o panno carta e smaltire la carta negli appositi cestini evitando di toccarli. Senza dimenticare di non pulirsi le mani sugli abiti da lavoro, ma lavarle ogni volta che sia necessario, ed evitando di toccarsi il naso, i capelli, i baffi e le altre parti del corpo.

Per industria alimentare e GDO

Nell'industria alimentare e anche in GDO, inoltre, è molto importante ricordarsi (anche perché certi comportamenti "domestici" possono venire quasi automatici…) di non toccare con le mani i cibi non confezionati, ma usare utensili appropriati o guanti monouso. Anche sui guanti monouso occorre qualche precisazione: non sono un "salvavita" assoluto, ma anche questi vanno usati con attenzione. Innanzitutto bisogna lavarsi le mani prima di indossarli e dopo averli tolti. Forse non tutti, infatti, sanno che l'ambiente caldo e umido che si crea fra guanto e pelle favorisce la proliferazione dei microrganismi.

Riutilizzare sì, esagerare mai

Attenzione anche a quanto si riutilizza lo stesso paio di guanti. Il suggerimento è quello di cambiare frequentemente i guanti monouso seguendo le stesse regole che indicano quando è necessario lavarsi le mani, al termine di ogni operazione specifica per cui sono stati utilizzati e dopo qualsiasi interruzione dell'attività. Quando si lascia il posto di lavoro, poi, i guanti vanno tolti, e i guanti lacerati o bucati vanno gettati per evitare qualsiasi fuoriuscita del sudore accumulato (che, come abbiamo spiegato poc'anzi, contiene batteri potenzialmente pericolosi).