

# Sicurezza alimentare: Malattie trasmesse da alimenti

*Quarta pubblicazione sul tema della Sicurezza Alimentare per informare i cittadini sulle malattie trasmesse dagli alimenti e sulle corrette modalità di conservazione e consumo dei cibi. Parliamo oggi di malattie trasmesse da alimenti*

## Cosa sono le malattie trasmesse da alimenti (MTA)

Si tratta di patologie legate al consumo di alimenti o acqua contaminati da agenti patogeni (in grado di causare malattia se presenti) di varia natura, come batteri, virus, tossine, parassiti ecc.

La contaminazione degli alimenti può avvenire in tutte le fasi della filiera dalla produzione primaria (allevamento-campo), fino alla tavola, passando per la fase di lavorazione, trasformazione, trasporto, commercio.

La via di introduzione nell'organismo è pertanto "alimentare" e la sintomatologia è prevalentemente gastrointestinale (febbre, vomito, diarrea ...), ma non solo (listeria, botulino).

Le MTA possono interessare tutte le fasce di età, ma con manifestazioni più gravi in soggetti in età pediatrica, persone immuno-compromesse, malati cronici e in gravidanza.

Le malattie provocate dagli alimenti sono numerosissime (solo i batteri ne causano circa 250). Fra queste distingueremo:

- Infezioni alimentari (quando ingeriamo i patogeni con l'alimento direttamente)
- Intossicazioni alimentari (quando ingeriamo sostanze tossiche già presenti nell'alimento)
- Tossinfezioni alimentari (quando il patogeno produce sostanza tossiche dopo l'ingestione dell'alimento)

## Perché sono importanti le MTA

Da sempre è noto il binomio alimentazione-stato di salute e gli ultimi Report della EFSA e ECDC mostrano un trend in aumento delle MTA. Infatti si stima che nell'Unione europea si verifichino ogni anno più di 320.000 casi di MTA nell'uomo, ma il numero effettivo è probabilmente molto più elevato. E che i patogeni più frequenti siano *Campylobacter*, *Salmonella*, *E. Coli* STEC, *Yersinia*, *Listeria* <https://efsa.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.2903/j.efsa.2021.6406>

Nella provincia di Brindisi si sono riscontrati nell'ultimo anno 62 casi accertati su segnalazione dell'Osservatorio Epidemiologico Regionale (v. [Report](#)) ma il numero di casi reali, non denunciati, è sicuramente più alto.

Sono patologie ad elevata morbilità e in alcuni casi anche mortalità, che incidono a livello economico, ma anche a livello sanitario, aumentando di molto il carico di lavoro dei Medici di Medicina Generale, delle ospedalizzazioni, e le assenze lavorative dei pazienti.

## Da cosa sono favorite le MTA

Sono favorite innanzitutto da cattive modalità di produzione, trasporto e manipolazione degli alimenti, ma anche da fattori che definiremo "sociali" quali:

- ✓ il cambiamento delle abitudini alimentari e dello stile di vita con aumento dei pasti consumati fuori casa (mense, ristoranti, street food)
- ✓ la globalizzazione dei mercati e l'incremento degli scambi commerciali hanno determinato un aumento del consumo di cibi esotici o comunque prodotti lontano dal luogo di consumo
- ✓ l'incremento di consumo dei cibi a lunga conservazione e sottoposti a processi industriali;

- ✓ l'incremento degli scambi demografici (turismo, flussi migratori)

### **Quali sono i luoghi di contaminazione più frequenti (Dati EFSA)**

- ✓ Casa/cucina domestica
- ✓ Ristoranti/bar/caffè/pub
- ✓ Scuola/asili
- ✓ Mense/catering
- ✓ Strutture residenziali
- ✓ Strutture sanitarie
- ✓ Ristorazione collettiva temporanea

### **Quali sono gli alimenti a maggiore rischio (Dati EFSA)**

- ✓ Uova e ovo prodotti
- ✓ Cibo misto
- ✓ Pesce e prodotti ittici
- ✓ Crostacei e frutti di mare
- ✓ Carni miste
- ✓ Carne di maiale
- ✓ Carne di pollo
- ✓ Ortaggi e frutta
- ✓ Dolci e cioccolato
- ✓ Pasti a buffet
- ✓ Carne Bovina
- ✓ Altri prodotti

### **Quali sono le precauzioni che si devono mettere in atto**

Fatte salve le indicazioni già fornite nei nostri precedenti articoli, ribadiamo che il consumatore dovrà porre in atto azioni che non favoriscano la moltiplicazione dei microrganismi qualora presenti nel cibo, pertanto:

- ✓ evitare di acquistare i prodotti esposti su banchi non refrigerati;
- ✓ fare attenzione che non emanino cattivi odori e che non presentino parti di colore diverso;
- ✓ se già confezionati prestare attenzione all'integrità delle confezioni;
- ✓ se surgelati, prestare attenzione che non sia stata interrotta la catena del freddo e che cioè le confezioni non siano coperte di brina o di ghiaccio, bagnate o, comunque, alterate nella forma, che il freezer del negozio abbia un termometro che indichi la temperatura e che il riempimento del banco non superi la linea di carico (è visibile nei banchi freezer come linea colorata);
- ✓ non mettere i prodotti alimentari a diretto contatto con altri non alimentari nella borsa della spesa;

## Quali strategie adottare per controllare il pericolo MTA

Tutti coloro che intervengono nella filiera degli alimenti devono essere informati e formati sui pericoli legati agli alimenti contaminati, pertanto gli OSA (Operatori del Settore Alimentare) dovranno costantemente adottare Buone Pratiche di igiene, le Autorità Competenti devono vigilare, **ma ogni consumatore deve essere informato deve e mettere in pratica le informazioni sull'adozione di norme comportamentali, individuali e collettive.**

Inoltre sono malattie per le quali è obbligatoria la comunicazione al Dipartimento di Prevenzione delle ASL che, attraverso le indagini sugli episodi di tossinfezione alimentare, intervengono con efficacia sul singolo problema per l'individuazione del/degli alimenti responsabili.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha indicato in 10 punti la base della prevenzione delle malattie trasmesse dagli alimenti:

1. scegliere i prodotti che abbiano subito trattamenti idonei ad assicurarne l'innocuità (ad esempio il latte pastorizzato o trattato ad alte temperature)
2. cuocere bene i cibi in modo che tutte le parti, anche le più interne, raggiungano una temperatura di almeno 70°C
3. consumare gli alimenti immediatamente dopo la cottura
4. gli alimenti cotti, se non vengono consumati subito, vanno immediatamente conservati in frigorifero; la permanenza nel frigorifero dev'essere limitata; se il cibo dev'essere conservato per lungo tempo è preferibile surgelarlo
5. i cibi precedentemente cotti vanno riscaldati rapidamente e ad alta temperatura prima del consumo
6. evitare ogni contatto fra cibi crudi e cotti
7. curare particolarmente l'igiene delle mani per la manipolazione degli alimenti
8. fare in modo che tutte le superfici della cucina, gli utensili ed i contenitori siano accuratamente puliti
9. proteggere gli alimenti dagli insetti, dai roditori e dagli altri animali
10. utilizzare solo acqua potabile

## QUALI SONO LE PRINCIPALI MALATTIE TRASMESSE DAGLI ALIMENTI

BATTERI			
AGENTE MTA	ALIMENTI	INCUBAZIONE	SINTOMI
<b>SALMONELLA SPP</b> ( <i>S. enteritidis</i> e <i>S. typhimurium</i> )	uova fresche, pollame crudo	12-72 ore	GASTROENTERITE FEBBRE
<b>CAMPYLOBACTER</b> ( <i>C. JEJUNI</i> )	pollame crudo/poco cotto, latte o formaggio non pastorizzato, acqua contaminata	2-5 giorni (1-10 giorni)	SCARICHE DI DIARREA spesso mista a sangue Complicanze: sindrome di Guillain-barré
<b>ESCHERICHIA COLI</b> ( <i>E. coli</i> <b>STEC</b> )	carne cruda o poco cotta-ortaggi-prodotti lattiero caseari	3-4 giorni (fino a 8 giorni)	DIARREA CON SANGUE Complicanze: sindrome emolitico uremica _SEU

<b>LISTERIA MONOCYTOGENES</b>	carne cruda, verdura, frutta, formaggi morbidi, hot dog, latte non pastorizzato	difficile da accertare in media 3 settimane (1-70 giorni), gastroenteriti 1-2 giorni	MENINGITE ABORTI
<b>STAFILOCOCCUS AUREUS</b>	crema, pasticcini alla crema, latte, carni conservate, pesce	1-6 ore (6-24 ore)	GASTROENTERITE <i>Complicanze</i> artrite reattiva
<b>VIBRIO</b>	Mitili-ostriche Acque	1-3 giorni	GASTROENTERITE COLERA
<b>YERSINIA</b>	maiale poco cotto, prodotti ittici, latte non pastorizzato	24-48 ore (fino a 7 giorni)	GASTROENTERITE <i>Complicanze</i> artrite reattiva
<b>BACILLUS CEREUS</b> <i>(tossina Preformata)</i>	Riso cotto (bollito o fritto) non correttamente refrigerato, carni	8-16 ore (2-4 se prevale vomito)	Vomito, crampi addominali, nausea, diarrea
<b>CLOSTRIDIUM BOTULINUM</b>	Alimenti sott'olio o sottovuoto (conservate vegetali o animali) Insaccati, pesce affumicato	12-48 ore (fino a 8 giorni nei casi eccezionali)	Disturbi dell'accomodazione visiva, diplopia Ptosi palpebrale Disfagia Secchezza delle fauci Paralisi flaccida "discendente" Difficoltà respiratorie

## VIRUS

AGENTE MTA	ALIMENTI	INCUBAZIONE	SINTOMI
<b>NOROVIRUS</b>	Alimenti contaminati poco cotti come i frutti di mare o le verdure fresche	12-48 ore	GASTROENTERITI
<b>ROTAVIRUS</b>	cattiva igiene	36-48 ore	GASTROENTERITI ( <i>soprattutto bambini</i> )
<b>EPATITE A</b>	acque contaminate con gli scarichi, crostacei, e/o verdure e altri alimenti crudi	15 a 50 giorni	EPATITE

## PARASSITI

AGENTE MTA	ALIMENTI	INCUBAZIONE	SINTOMI
<b>ANISAKIS</b>	digerente di alcuni pesci, molluschi e mammiferi	Da poche ore a 1-2 settimane	Vari a seconda della localizzazione- Complicanze: anafilassi- morbo di Crohn
<b>TRICHINELLA</b>	Carni selvatiche/maiali infestate	8-15 giorni, può variare da 5 a 45	diarrea -dolori muscolari, debolezza, sudorazione, edemi alle palpebre superiori, fotofobia e febbre

## Fonti

EFSA:

<http://www.efsa.europa.eu/it/>)

Sicurezza alimentare. Ministero della Salute:

([http://www.salute.gov.it/portale/temi/p2\\_4.jsp?lingua=italiano&tema=Alimenti&area=sicurezzaAlimentare](http://www.salute.gov.it/portale/temi/p2_4.jsp?lingua=italiano&tema=Alimenti&area=sicurezzaAlimentare))

<http://www.efsa.europa.eu/it/topics/topic/foodbornezoonoticdiseases.htm>

Tossinfezioni alimentari. Epicentro. Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute:

(<http://www.epicentro.iss.it/problemi/tossinfezioni/tossinfezioni.asp>)

*Rubrica a cura della Unità Operativa Semplice Dipartimentale SICUREZZA ALIMENTARE  
ANTIBIOTICORESISTENZA - Dr.ssa Alberta Natola e Dr.ssa Rosalia Ciraci*

## Asl Brindisi

12 marzo 2021