



ASSOCIAZIONE
PROVINCIALE
PUBBLICI
ESERCIZI

Allergeni: conoscerli per gestirli



*Dispensa informativa
per gli operatori del settore alimentare*

Riferimenti:

- *Regolamento UE n. 1169/2011*
- *Nota del Ministero della Salute del 6/2/2015*
- *Nota del Ministero Sviluppo Economico del 6/3/2015*
- *Decreto Legislativo n. 231 del 15/12/2017*
- *Manuale di corretta prassi operativa edito da FIPE*

EDIZIONE N. 2 – GIUGNO 2018



ASSOCIAZIONE
PROVINCIALE
PUBBLICI
ESERCIZI

Allergie e intolleranze alimentari

Molte persone tendono, erroneamente, a confondere le allergie con le intolleranze alimentari: i concetti, però, sono molto diversi, nonostante i sintomi correlati siano, per certi versi, sovrapponibili.

In questo opuscolo si cercherà di far luce sul significato di “allergia”, differente dalla “intolleranza”, analizzando le cause che la scatenano, il meccanismo che ne sta alla base e la sintomatologia.

Saranno inoltre elencati i 14 allergeni la cui presenza nei prodotti venduti e/o somministrati deve essere resa nota al consumatore.

Infine, saranno riportate le buone prassi di comportamento da seguire per una corretta gestione degli allergeni all'interno dello stabilimento di produzione alimentare.

Allergia alimentare

L'allergia è una reazione esagerata del sistema immunitario verso un alimento o una componente di esso (allergene), il quale è percepito come una minaccia all'organismo e viene quindi attaccato dalle difese immunitarie. La reazione immunitaria che si scatena avviene con la produzione di anticorpi IgE e il conseguente rilascio di istamina, che è la principale responsabile dei sintomi caratteristici dell'allergia.

Questa risposta sproporzionata può sfociare anche in conseguenze molto dannose per l'organismo (“shock anafilattico”).

Intolleranza alimentare

Per l'intolleranza, invece, il concetto è diverso: il sistema immunitario non viene coinvolto e, di conseguenza, non si scatena una risposta immunitaria.

Già l'etimologia del termine “intolleranza” indica l'incapacità di sopportare, di tollerare: in seguito ad un'assunzione abbondante di un determinato alimento, l'organismo “si ribella” perché non riesce a digerirlo correttamente. L'intolleranza, diversamente dall'allergia, è dose-dipendente: la qualità e intensità dei sintomi dipendono anche dalla quantità di alimento ingerito o con il quale si viene a contatto.

Tabella riassuntiva allergia/intolleranza

ALLERGIA	INTOLLERANZA
Reazione non tossica, esagerata e quasi sempre immediata	Reazione non tossica, con comparsa più lenta
Coinvolgimento del sistema anticorpale	Non prevede risposta immunitaria
Dose indipendente	Dose dipendente
Causa: il sistema immunitario produce anticorpi contro le proteine dell'alimento (allergene) potenziale pericolo per l'organismo.	Causa: per le intolleranze più frequenti, la carenza enzimatica impedisce la digestione dell'alimento.
Sintomi: dolori addominali, diarrea, nausea, gonfiore allo stomaco, prurito ed arrossamento della cute, difficoltà respiratorie, cardiorespiratorie, shock anafilattico.	Sintomi: dolori addominali, diarrea, nausea, gonfiore allo stomaco, prurito ed arrossamento della cute.
Rimedio: eliminazione totale dell'alimento dalla dieta.	Rimedio: assunzione dell'alimento in piccole quantità.

Cosa sono gli allergeni?

Un allergene è una sostanza solitamente innocua per la maggior parte delle persone, ma che in taluni individui (i soggetti allergici) è in grado di produrre manifestazioni allergiche di varia natura (asma, orticaria, etc.).

Contatto con gli allergeni



Una persona allergica può entrare in contatto con gli allergeni in molti modi, da cui solitamente dipende anche la risposta dell'organismo: se l'allergene è stato inalato probabilmente si avranno sintomi di tipo respiratorio, se è stato toccato l'organismo risponderà con un'inflammatione della

pelle. Gli allergeni possono anche essere trasportati dall'aria (cosa che accade con i pollini). I sintomi respiratori sono quelli che si manifestano più spesso (almeno il 75% delle manifestazioni allergiche).

Gli allergeni alimentari

La maggioranza degli allergeni alimentari finora studiata mostra caratteristiche comuni: si tratta di proteine di basso peso molecolare (10-70 kd) e stabili all'azione del calore, delle proteasi e in ambienti acidi. Le reazioni allergiche sono dose-indipendenti e sono quindi sufficienti piccole quantità dell'alimento contenente l'allergene per determinare la risposta del sistema immunitario e provocare i relativi sintomi. La Commissione per il Codex Alimentarius, la Commissione Europea e altre organizzazioni internazionali hanno definito i criteri scientifici per la selezione degli alimenti allergizzanti da indicare nelle etichette alimentari. Le etichette di tutti gli alimenti sono regolate, infatti, dalla Direttiva 2003/89/CE e successive modifiche. Il Regolamento UE 1169/2011 ha inoltre introdotto **l'obbligo di indicare in forma scritta la presenza di allergeni nei prodotti somministrati**. L'individuo allergico ha, grazie a queste normative, la possibilità, leggendo attentamente le notizie messe a sua disposizione, di essere informato e prevenire le eventuali risposte allergiche causate da alimenti a lui dannosi.

Sintomi di allergie alimentari

I sintomi variano da lievi a gravi. Possono interessare vari organi, come l'epidermide, il tratto gastrointestinale, il tratto respiratorio, gli occhi e il sistema nervoso centrale. Il prurito e/o la tumefazione della bocca e i sintomi respiratori sono i sintomi più



comuni. Un'anafilassi che provoca reazioni gravi e virtualmente letali si verifica in un numero ridotto di casi. Fortunatamente, la maggior parte delle reazioni allergiche agli alimenti sono relativamente modeste.

L'anafilassi è una reazione allergica acuta, generalizzata (può colpire diversi organi), a rapida insorgenza e potenzialmente letale. Essa può colpire il sistema cardiovascolare, il tratto respiratorio, la bocca, la faringe e la cute, singolarmente o contemporaneamente. Di solito, i sintomi iniziali interessano la cute o l'orofaringe (la regione della bocca). La sintomatologia della cute comprende eruzioni cutanee/bolle, angioedema (gonfiore sottocutaneo) e prurito (prurito cutaneo). I sintomi della regione orale comprendono formicolio e prurito delle labbra. L'edema (ossia la tumefazione) della laringe può causare difficoltà a deglutire e a parlare. Anche la funzione respiratoria può essere gravemente compromessa. I sintomi respiratori includono broncospasmi, tosse e rantoli. In alcuni casi, il sintomo iniziale può essere la perdita di conoscenza.

*Lo “**shock anafilattico**” è una condizione grave in cui la pressione sanguigna cala rapidamente e il soggetto colpito può morire per arresto cardiaco, a meno di una somministrazione di adrenalina subito dopo l'insorgere dei sintomi per aprire le vie aeree e forzare la dilatazione dei vasi.*

Alimenti implicati in risposte allergiche

Oltre 120 alimenti sono stati descritti come responsabili di allergie alimentari.

Anche se molti alimenti o gruppi di alimenti possono innescare una reazione allergica, solo 14 sostanze o prodotti necessitano dell'etichettatura obbligatoria degli allergeni in base alla vigente legislazione comunitaria.

Questi 14 ingredienti specifici (inclusi gli ingredienti introdotti da coadiuvanti tecnologici, additivi e solventi) rappresentano le cause più comuni a livello mondiale di ipersensibilità alimentare e devono essere dichiarati in forma scritta quando vengono impiegati per la produzione di un prodotto alimentare.

Gestione dei rischi allergenici da parte del comparto alimentare

Il comparto alimentare è soggetto all'obbligo di legge di produrre alimenti sicuri per i consumatori (articolo 14 del regolamento CE n. 178/2002). Per quanto riguarda gli allergeni, tale obbligo viene rispettato nei modi seguenti:

- 1) Realizzando un sistema di gestione della sicurezza alimentare in base ai principi dell'Hazard Analysis and Critical Control Point (HACCP, analisi di rischio e punti critici di controllo);
- 2) Etichettando i prodotti alimentari venduti preimballati, per informare i consumatori della presenza di allergeni;
- 3) In caso di fornitura di cibi pronti per il consumo all'interno di una struttura, indicando in forma scritta, in maniera chiara ed in luogo ben visibile, una dicitura che informi i clienti che le informazioni circa la presenza di sostanze o di prodotti che provocano allergie o intolleranze sono disponibili rivolgendosi al personale in servizio. È comunque necessario che le informazioni dovute ai sensi del Regolamento 1169/2011 risultino **da idonea documentazione scritta**.

HACCP

L'HACCP è un sistema di gestione della sicurezza alimentare che garantisce l'identificazione di rischi potenziali (biologici, fisici e chimici) e l'attuazione di strategie per controllare tali rischi prima che diventino una minaccia per la sicurezza dell'alimento. L'HACCP è alla base della normativa europea (regolamento CE n. 853/2004) e internazionale in materia di alimenti ed è una componente strategica del commercio mondiale di prodotti alimentari. Oggi, gli standard del comparto alimentare sono fondamentali per aiutare le aziende del settore ad essere conformi alla normativa o addirittura a superare i requisiti di legge in molti casi. Essi, inoltre, permettono alle aziende del settore di garantire una certa coerenza in termini di sicurezza e qualità del prodotto. La gestione degli allergeni interessa tutti gli aspetti aziendali, dalle fasi di acquisto e gestione delle materie prime fino alle fasi di produzione, trasformazione e confezionamento del prodotto finito. Uno dei problemi maggiori del comparto alimentare consiste nell'**evitare la contaminazione crociata** tra ingredienti/alimenti notoriamente allergenici e ingredienti/alimenti non allergenici. Ad esempio, in molti stabilimenti, linee di produzione dedicate alla fabbricazione di un singolo prodotto non sempre sono attuabili o convenienti, per motivi commerciali o per altre ragioni. Di conseguenza, la pulizia delle attrezzature, delle linee di produzione e degli ambienti in comune è uno dei punti critici per un controllo efficace degli allergeni.

Etichettatura dei prodotti venduti preimballati

L'etichettatura è essenziale per venire incontro ai consumatori affetti da allergie o intolleranze, fornendo loro informazioni circa la composizione dei prodotti alimentari. Anche se molti alimenti o gruppi di alimenti possono innescare una reazione allergica, solo 14 sostanze o prodotti necessitano di un'etichettatura specifica degli allergeni.

Gli ingredienti allergenici riportati a pagina seguente (inclusi quelli introdotti da coadiuvanti tecnologici, additivi e solventi) devono essere indicati sull'etichetta dei prodotti alimentari (Reg. 1169/2011).



Sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze (allegato II Reg. UE 1169/2011)

1. **Cereali contenenti glutine**, vale a dire: grano (farro e grano khorasan), segale, orzo, avena o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati, tranne:
 - a) sciroppi di glucosio a base di grano, incluso destrosio (1);
 - b) maltodestrine a base di grano (1);
 - c) sciroppi di glucosio a base di orzo;
 - d) cereali utilizzati per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.
2. **Crostacei** e prodotti a base di crostacei.
3. **Uova** e prodotti a base di uova.
4. **Pesce** e prodotti a base di pesce, tranne:
 - a) gelatina di pesce utilizzata come supporto per preparati di vitamine o carotenoidi;
 - b) gelatina o colla di pesce utilizzata come chiarificante nella birra e nel vino.
5. **Arachidi** e prodotti a base di arachidi.
6. **Soia** e prodotti a base di soia, tranne:
 - a) olio e grasso di soia raffinato (1);
 - b) tocoferoli misti naturali (E306), tocoferolo D-alfa naturale, tocoferolo acetato, D-alfa naturale, tocoferolo succinato D-alfa naturale a base di soia;
 - c) oli vegetali derivati da fitosteroli e fitosteroli esteri a base di soia;
 - d) estere di stanolo vegetale prodotto da steroli di olio vegetale a base di soia.
7. **Latte** e prodotti a base di latte (incluso lattosio), tranne:
 - a) siero di latte utilizzato per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola;
 - b) lattitolo.
8. **Frutta a guscio**, vale a dire: mandorle (*Amygdalus communis* L.), nocciole (*Corylus avellana*), noci (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anacardium occidentale*), noci di pecan [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci macadamia o noci del Queensland (*Macadamia ternifolia*), e i loro prodotti, tranne per la frutta a guscio utilizzata per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.
9. **Sedano** e prodotti a base di sedano.
10. **Senape** e prodotti a base di senape.
11. **Semi di sesamo** e prodotti a base di semi di sesamo.
12. **Anidride solforosa** e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro in termini di anidride solforosa totale da calcolarsi per i prodotti così come proposti pronti al consumo o ricostituiti conformemente alle istruzioni dei fabbricanti.
13. **Lupini** e prodotti a base di lupini.
14. **Molluschi** e prodotti a base di molluschi.

(1) e i prodotti derivati, nella misura in cui la trasformazione che hanno subito non è suscettibile di elevare il livello di allergenicità valutato dall'Autorità per il prodotto di base da cui sono derivati.

Indicazione degli allergeni presenti nei prodotti offerti in vendita al consumatore finale o alla collettività, senza imballaggio, imballati sui luoghi di vendita su richiesta del consumatore o preimballati per la vendita diretta

Qualsiasi operatore che fornisce cibi pronti per il consumo all'interno di una struttura, come ad esempio un ristorante, una mensa, una scuola o un ospedale, o anche attraverso un servizio di catering, o ancora per mezzo di un veicolo o di un supporto fisso o mobile, deve fornire al consumatore finale le informazioni richieste, relativamente alla presenza dei 14 allergeni sopra riportati, all'interno dei prodotti somministrati. **Tali informazioni possono essere riportate sui menù, su appositi registri o cartelli o ancora su altro sistema equivalente, anche tecnologico, da tenere bene in vista, così da consentire al consumatore di accedervi facilmente e liberamente.**

Con la nota del Ministero della Salute del 6/2/2015 è stata introdotta la seguente semplificazione.

L'obbligo di fornire le suddette informazioni sarà considerato assolto dall'operatore del settore alimentare anche nei seguenti casi:

- 1) indicando per iscritto, in maniera chiara ed in luogo ben visibile, una dicitura del tipo "Le informazioni circa la presenza di sostanze o di prodotti che provocano allergie o intolleranze sono disponibili rivolgendosi al personale in servizio";
- 2) indicando per iscritto, sul menù, sul registro degli ingredienti o, su apposito cartello, una dicitura del tipo "Per qualsiasi informazione su sostanze e allergeni è possibile consultare l'apposita documentazione che verrà fornita, a richiesta, dal personale in servizio".

È comunque necessario, in entrambe le ipotesi sopra menzionate, che le informazioni dovute ai sensi del Regolamento UE 1169/2011 risultino da idonea documentazione scritta, reperibile sia per l'autorità competente, sia per il consumatore finale. Il personale operante all'interno della struttura deve aver preso visione di tale documentazione, con approvazione per iscritto.



Tabella riassuntiva degli obblighi informativi

Attività	Obblighi relativi agli ingredienti	Obblighi relativi agli allergeni
Vendita di prodotti per asporto non preimballati (esempio pizza al taglio o tramezzini)	Vanno indicati tutti gli ingredienti, attraverso un "registro" degli ingredienti	Nel "registro" degli ingredienti, vanno evidenziati gli eventuali allergeni presenti
Vendita di prodotti per asporto preimballati (esempio panettone in scatola)	Vanno indicati tutti gli ingredienti, direttamente sulla confezione o attraverso etichetta	Nella confezione o etichetta vanno evidenziati gli eventuali allergeni presenti
Somministrazione di prodotti alimentari (esempio pizza servita al tavolo)	Non vi è obbligo di indicare gli ingredienti	Gli allergeni vanno indicati tramite menù, cartello o sistema equivalente. In alternativa, è possibile inserire una delle due diciture previste dalla nota del Ministero della Salute del 6/2/2015, con presenza comunque di idonea documentazione scritta.

Cartello Unico: per i prodotti della gelateria, pasticceria, panetteria, della pasta fresca e della gastronomia l'elenco degli ingredienti può essere riportato su un unico e apposito cartello, **purché le indicazioni circa la presenza di allergeni siano riconducibili ai singoli alimenti messi in vendita.**

Corretta organizzazione aziendale per una efficace gestione degli allergeni

All'interno di ogni stabilimento di produzione alimentare (anche quelli più piccoli) **deve essere individuato un operatore responsabile del controllo degli allergeni**. All'interno di un ristorante, ad esempio, tale mansione può essere efficacemente svolta dallo chef, che ha il controllo delle varie fasi di approvvigionamento, lavorazione, stoccaggio, distribuzione, ecc. dei prodotti alimentari.

Il responsabile dell'impresa alimentare, in stretta collaborazione con l'operatore responsabile del controllo degli allergeni, **deve provvedere alla formazione e informazione degli operatori del settore alimentare:**

- a) consegnando il presente opuscolo, leggendolo insieme e rispondendo a eventuali quesiti da parte degli addetti; la consegna dell'opuscolo deve essere provata mediante sottoscrizione, da parte dell'operatore, di un apposito registro di consegna e presa visione;
- b) informando gli operatori su tutte le variazioni di forniture, processi di lavorazione, stoccaggio, somministrazione, ecc. che possano avere riflessi sulla presenza di allergeni nei prodotti finiti;
- c) informando gli operatori sulle variazioni di menù, con l'introduzione di nuovi prodotti che contengano o possano contenere allergeni.

La suddetta formazione/informazione deve essere obbligatoriamente garantita per ogni nuovo operatore, prima della sua effettiva entrata in servizio.

Il personale di sala, all'inizio di ogni servizio, deve informarsi presso l'operatore responsabile del controllo degli allergeni su eventuali modifiche alle forniture, processi di lavorazione, stoccaggio, somministrazione, ecc. che possano avere riflessi sulla presenza di allergeni nei prodotti finiti.

Qualora il consumatore richieda informazioni circa la presenza, sui prodotti somministrati, di allergeni di cui all'All. II del Regolamento UE n. 1169/2011 (i 14 allergeni riportati a pagina 8), il personale addetto alla sala o, comunque, l'operatore del settore alimentare che riceve la richiesta deve essere in grado di fornire le informazioni. Qualora non sia in grado di fornire le informazioni, deve tassativamente rivolgersi all'operatore responsabile del controllo degli allergeni.

In caso vi sia offerta di piatti non presenti sul menù (esempio: "piatto del giorno") dovrà essere cura del personale di sala o del personale incaricato, evidenziare scrupolosamente l'eventuale presenza di allergeni, assicurandosi che tutti i consumatori ne abbiano preso conoscenza.

Sanzioni

- Mancata indicazione degli allergeni
Da 5.000 a 40.000 euro
- Mancata indicazione degli ingredienti
Da 3.000 a 24.000 euro
- Cessione o esposizione per la vendita di prodotti oltre la data di scadenza
Da 5.000 a 40.000 euro
- Mancata indicazione del termine "decongelato", nei casi e con le eccezioni previste (allegato VI al Reg. UE 1169/2011)
Da 1.000 a 8.000 euro

Software APPE

Per agevolare l'attività di redazione e aggiornamento sia dell'agenda degli allergeni dei prodotti somministrati, che dell'elenco degli ingredienti dei prodotti venduti, **APPE mette gratuitamente a disposizione dei propri associati un software**, utilizzabile sia da pc, che da tablet o smartphone, raggiungibile attraverso il sito internet www.allergeni.net



COME RAGGIUNGERCI

APPE ha una sede provinciale a Padova, 4 sezioni mandamentali e 4 recapiti

Via Savelli, 28 • PADOVA • Tel. 049.7817222

www.appe.pd.it • E-mail: appe@appe.pd.it

SEZIONI MANDAMENTALI

- **Abano Terme**, via Monte Ricco 20
Tel. 049.8668896 • abano@appe.pd.it
- **Cittadella**
Tel. 334.6606122 • cittadella@appe.pd.it
- **Este**, piazza S. Tecla 11/3
Tel. 0429.602956 • este@appe.pd.it
- **Piove di Sacco**, vicolo Ferrari 3
Tel. 049.5840942 • piovedisacco@appe.pd.it

RECAPITI SETTIMANALI ALLA PRESENZA DI UN QUALIFICATO FUNZIONARIO APPE PROVINCIALE

- **Camposampiero**, Sala comunale sottoportico, piazza Castello
Primi due lunedì del mese dalle 9 alle 12
- **Montagnana**, piazza Martiri della Libertà 13 • montagnana@appe.pd.it
Primi due martedì del mese dalle 9 alle 12
- **Bresseo di Teolo**, sala Muccioli, piazza Mercato 26
Tutti i mercoledì dalle 9 alle 12
- **Piove di Sacco**, vicolo Ferrari 3 • piovedisacco@appe.pd.it
Primi due mercoledì del mese dalle 15 alle 17



ASSOCIAZIONE
PROVINCIALE
PUBBLICI
ESERCIZI



ASSOCIAZIONE
PROVINCIALE
PUBBLICI
ESERCIZI