



**DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE**  
**U.O.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione**

# **GESTIONE DIETE**

## **SPECIALI**

***Procedura per la richiesta e tabelle di  
sostituzione***

***S.I.A.N. - 2014***

•	<i>Introduzione</i>	pag. 3
•	<i>Iter procedurale per richiesta dieta speciale</i>	pag. 4
•	<i>Preparazione e somministrazione diete speciali</i>	pag. 7
•	<i>Diagramma procedura di attivazione diete speciali tipo sanitario</i>	pag. 9
•	<i>Tabelle di sostituzione di alimenti- protocollo generale per diete speciali</i>	pag. 10
	○ <i>Dieta leggera</i>	pag. 10
	○ <i>Modifiche per motivi etico-religiosi</i>	pag. 10
	○ <i>Modifiche per accertamenti diagnostici</i>	pag. 11
	○ <i>Modifiche per sospetta intolleranza/allergia</i>	pag. 11
	○ <i>Modifiche per patologie certificate dal medico o specialista allergia</i>	pag. 11
	▪ <i>Favismo</i>	pag. 11
	▪ <i>Fenilchetonuria- Diabete-Obesità</i>	pag. 12
•	<i>Allergie e intolleranze alimentari</i>	pag.13
	○ <i>Dieta speciale per celiachia</i>	pag. 15
	○ <i>Dieta speciale per allergia alle uova e prodotti derivati</i>	pag. 17
	○ <i>Dieta speciale per allergia al latte e ai latticini</i>	pag.18
	○ <i>Dieta speciale per allergia al pesce</i>	pag.20
	○ <i>Dieta speciale per allergia al pomodoro</i>	pag.20
	○ <i>Dieta speciale per allergia al nichel/legumi/altra allergia</i>	.pag.21
•	<i>Allergia all'Arachide-Soia-Frutta a guscio-Sedano, sesamo e senape</i>	pag.22
•	<i>Modello richiesta Dieta Speciale</i>	pag.23

## INTRODUZIONE

Il consumo del pasto in una refezione scolastica deve essere sicuro intendendo con questo termine sia la sicurezza igienico-sanitaria, nel pieno rispetto delle normative cogenti in tema di sicurezza alimentare, sia sicuro da un punto di vista nutrizionale, tale da mantenere un buono stato di salute.

Entrambi gli aspetti devono essere valutati e rispettati anche e soprattutto nel caso di soggetti che necessitano di regimi alimentari particolari o speciali.

Quando si pensa alle diete speciali si fa riferimento soprattutto a diete particolari necessarie a causa di allergie alimentari o a causa di altri tipi di patologie. In realtà possono essere derivate anche da altre motivazioni come, ad esempio, quella etico-religiosa.

Per quanto riguarda alcune patologie croniche e non, una corretta “dieta” rappresenta il fondamento terapeutico per il mantenimento di un buono stato di salute e per il controllo della malattia: esempi ne sono il diabete mellito, la celiachia, il favismo, l'ipercolesterolemia e le allergie alimentari.

In riferimento alle allergie alimentari il Ministero della Salute ha redatto a marzo 2014 un Documento di Indirizzo e stato dell'arte “Allergie alimentari e sicurezza del consumatore”.

In questo documento viene ribadita la necessità di una costante vigilanza per evitare l'alimento allergizzante, in particolar modo quando l'alimento possa essere nascosto come ingrediente o non essere segnalato correttamente. Questo aspetto potrebbe generare ansia ed incertezza nelle famiglie che si trovano a gestire un congiunto allergico soprattutto quando si tratta di bambini e/o adolescenti. L'ansia cresce ancor di più se vengono consumati pasti fuori casa come nel caso della ristorazione scolastica se non adeguatamente gestita e controllata.

Nelle situazioni patologiche è evidente che la dieta, essendo parte integrante della terapia, è da attuarsi, oltre che a casa, anche in mensa e ciò comporta una particolare attenzione ed organizzazione in ogni fase del servizio: dalla stesura del menù all'acquisto delle materie prime, dalla preparazione fino alla somministrazione e consumo dei pasti.

Considerando che il pasto in mensa fornisce circa il 35-40% delle kcal giornaliere e riveste un ruolo educativo importante, il bambino allergico o con altre patologie o, l'utente appartenente a culture o religioni che prevedano l'esclusione di alcune tipologie alimentari nella dieta comune, non deve essere penalizzato dalla sua condizione, ma deve essere messo in grado di variare la sua alimentazione il più possibile, compatibilmente con la sua specifica condizione.

La necessità scaturisce anche dal fatto che i bambini rischiano facilmente, se non ben compensati, di andare incontro a carenze o squilibri alimentari che certamente non giovano al delicato periodo dell'accrescimento.

Le tabelle dietetiche utilizzate nell'ambito della ristorazione scolastica prevedono la presenza nel menù di alimenti protettivi, come pesce, frutta, verdura e legumi, allo scopo di promuovere abitudini alimentari corrette. Gli stessi criteri devono essere mantenuti anche per il bambino a dieta particolare e quindi il servizio di ristorazione si deve organizzare per rispondere a questa necessità.

Così come riportato nelle Linee di Indirizzo Nazionali per la Ristorazione Scolastica le preparazioni sostitutive devono essere il più possibile simili al menù giornaliero. Il livello della qualità della dieta speciale deve essere appropriato come quello destinato al menù di base.

Il Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione ha predisposto con il presente fascicolo una procedura generale per la gestione delle diete speciali.

## Iter procedurale per l'accesso al servizio dietetico personalizzato o “dieta speciale”

La dieta speciale può essere richiesta dal genitore o dall'adulto legalmente responsabile del minore frequentante la mensa scolastica utilizzando l'apposita modulistica presente sul sito ASUR Marche.

È possibile scaricare la domanda dal seguente link [http://www.asurzona13.marche.it/media/files/21183\\_modulo\\_richiesta\\_dieta\\_speciale\\_av5.pdf](http://www.asurzona13.marche.it/media/files/21183_modulo_richiesta_dieta_speciale_av5.pdf)

Il modello può e deve essere utilizzato anche dagli adulti (insegnanti) che usufruiscono del servizio mensa.

La stessa modulistica è reperibile presso gli uffici comunali competenti e presso le Segreterie delle scuole.

La dieta speciale può essere richiesta per le seguenti motivazioni:

1. Motivazioni etico- religiose.
2. Patologie che necessitano di certificato medico:
  - a. diabete mellito
  - b. fenilchetonuria
  - c. favismo
  - d. obesità
  - e. celiachia
  - f. allergia a latte e derivati
  - g. allergia alle uova
  - h. allergia a pesce e crostacei
  - i. allergia al pomodoro
  - j. allergia ai legumi
  - k. allergia alla frutta a guscio
  - l. allergia al nichel
  - m. altro tipo di allergia
3. Sospetta intolleranza/allergia con certificato medico da trasmettere entro 15 giorni dalla presentazione della richiesta.
4. Accertamento diagnostico che richieda l'esclusione temporanea di determinati alimenti in modo transitorio e delimitato nel tempo in base alle indicazioni mediche.
5. Difficoltà di deglutizione, problemi ortodontici, disabilità.

Le richieste **n. 2-3-4-5** necessitano della certificazione medica.

Tutte le richieste di tipo sanitario sono valide per tutto il periodo indicato dal medico curante.

Per interrompere una dieta speciale è necessario presentare una certificazione medica che ne richieda espressamente la sospensione fatta eccezione per quella per accertamento diagnostico che prevede già una limitazione temporale.

Per la richiesta n. 5, una volta inoltrata la richiesta, è possibile prendere appuntamento con il personale sanitario del Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione per una consulenza e per la stesura e condivisione di un menù adeguato.

La richiesta per motivazioni etico-religiose vale per l'intero ciclo scolastico afferente allo stesso Istituto Comprensivo e allo stesso Comune.

### Dieta leggera

Nel caso di **indisposizioni momentanee** (dovute a diarrea, vomito, stati post-influenzali, chetosi e

simili) può essere attivata dal centro cottura, **per un periodo massimo di 3 giorni**, una dieta “leggera” (o “in bianco” o “a scarso residuo”) sulla base di una **richiesta scritta** da parte del genitore trasmessa per le vie brevi (anche con avviso scritto sul diario scolastico o equivalente), che sarà gestita da ciascun servizio di ristorazione con le modalità ritenute più consone.

Qualora l’indisposizione e quindi la necessità di una dieta specifica sia di **durata superiore ai 3 giorni la richiesta dovrà essere corredata da certificato medico e gestita con le modalità previste per le diete per patologia.**

### **A chi va presentata la richiesta di dieta speciale?**

La richiesta va inoltrata dal genitore o tutore al Comune Responsabile del Servizio di mensa scolastica, sia quale gestore diretto sia quale ente committente possibilmente (patologie croniche, motivazioni etico-religiose) prima dell’inizio di ogni anno scolastico.

### **Cosa fa il Comune?**

1. Comunica agli utenti le procedure riguardo la richiesta di dieta speciale per il menù scolastico definendo il luogo dove sia possibile reperire i moduli di richiesta (Ufficio referente, numero telefono, mail, orari ricevimento).
2. L’ufficio competente, accertata la completezza della domanda e della sua eventuale documentazione, la invia al Sian.
3. Trasmette le diete speciali elaborate dal Sian e i protocolli relativi all’azienda di ristorazione appaltante o in caso di gestione diretta da disposizioni affinché venga attuato presso il centro cottura il protocollo dietetico richiesto. Se la dieta ricade nelle tabelle di sostituzione degli alimenti, attende la convalida definitiva da parte del Sian che si intenderà accolta in regime di silenzio-assenso, trascorsi venti giorni dal ricevimento della stessa. Fa eccezione la richiesta di dieta speciale per celiachia (vedi pag. 15 di questo fascicolo)  
Oppure trasmetterà le diete speciali “ad personam”, non ricadenti nelle tabelle di sostituzione del presente fascicolo, elaborate o validate dal Sian.
4. Informa il plesso scolastico in cui verrà erogata la dieta speciale affinché sia garantita la necessaria assistenza, regolamentata dai Dirigenti Scolastici, attraverso il coinvolgimento dei docenti che assistono e consumano il pasto a scuola.
5. Informa i genitori circa l’accettazione o meno della richiesta.

### **Cosa fa il SIAN?**

1. Valuta la richiesta di dieta speciale ricevuta dal Comune riservandosi di chiedere eventuale ulteriore documentazione.
2. Approva le richieste pervenute per le quali sono utilizzabili le tabelle dietetiche di sostituzione presenti nel protocollo in regime di silenzio assenso decorsi *venti giorni* dal ricevimento della stessa.
3. Predisporre o valuta ed approva, se redatta da personale competente, la dieta “ad personam” per particolari situazioni patologiche entro 10 giorni inviandola al Comune.
4. Offre sostegno ed assistenza a famiglie e soggetti che necessitano di regimi dietetici particolari.

### **Cosa fa la Scuola/Dirigenza scolastica?**

1. Definisce il luogo dove poter reperire il modulo di richiesta (segreteria, indirizzo, orari, fax , telefono, mail).
2. Collabora e si fa garante attraverso il personale docente presente a mensa della tutela dei minori che necessitano di dieta personalizzata, affinché la dieta sia correttamente somministrata nel rispetto della privacy dell'utente minore. (DGR. n.1762/2010)
3. Nel caso di dieta leggera temporanea fino a tre giorni, fa pervenire le richieste della famiglia al centro cottura.

### **Cosa fa il pediatra o medico curante?**

1. Certifica le esigenze cliniche degli utenti che necessitano di regimi dietetici personalizzati.
2. Partecipa alla realizzazione della migliore integrazione possibile dell'individuo nella fruizione della mensa scolastica.

### **Gestione dei disgusti**

Non è possibile richiedere alcun tipo di richiesta di dieta speciale per eventuali disgusti.

Alcuni individui, soprattutto in fascia pediatrica, possono manifestare disgusti o non gradimenti nei confronti di uno o più alimenti, intesi come atteggiamenti di estrema repulsione al momento dell'assaggio di uno o raramente più tipologie di cibo.

In base alle indicazioni dell'OMS l'accettazione di un cibo nuovo o mai conosciuto ha bisogno di almeno 10-15 ripetizioni di presentazione/assaggio.

In una prima fase è opportuno aspettare che il bambino, con l'aiuto dell'insegnante e della famiglia, acquisti fiducia nel nuovo alimento.

Il menù è composto da un primo, secondo, contorno, frutta e pane. Raramente ci si troverà nella condizione di far digiunare un bambino.

In alcuni casi i disgusti potrebbero celare problematiche di competenza medica che saranno affrontate con modalità e sedi opportune.

Se il rifiuto persiste il caso merita di essere segnalato per affrontarlo da un punto di vista educativo congiuntamente al docente, alla famiglia, al pediatra e/o medico di riferimento in modo da evitare certificazioni mediche incongrue.

A tal proposito il SIAN offre la propria assistenza e collaborazione alle famiglie e al corpo docente.

Diverso è il caso di bambini che rifiutano il pasto a mensa nella sua totalità e in maniera reiterata. Anche in questo caso il Sian offre sostegno ed assistenza alle famiglie.

È possibile quindi richiedere una consulenza per le seguenti motivazioni:

- gestione dei disgusti alimentari;
- gestione nutrizionale di utenti con difficoltà di deglutizione, problemi ortodontici, disabilità;
- gestione nutrizionali di utenti che presentino disturbi nell'alimentazione legati a temporanee criticità emotive/comportamentali (problemi familiari, trasferimento scuola/città).

## **PREPARAZIONE E DISTRIBUZIONE DELLE DIETE SPECIALI** *(così come indicato nelle Linee di Indirizzo Nazionali per la Ristorazione Scolastica recepite con DGR Marche n.1762/2010)*

È necessario che la dieta speciale ai fini di un'organizzazione corretta venga prevista anche in caso di appalto della ristorazione scolastica, esplicitando tale aspetto all'interno del capitolato d'appalto.

Gli operatori del settore alimentare predispongono, attuano e mantengono una o più procedure permanenti, basate sui principi del sistema HACCP, relativamente alle diverse fasi del processo di preparazione/confezionamento/trasporto/somministrazione delle "diete speciali" e si adoperano affinché venga assicurata idonea formazione (addestramento e consapevolezza del personale) rispetto al tipo di attività svolta all'interno della ristorazione scolastica (Reg.852/2004 art.5, e Cap XII).

Le preparazioni sostitutive devono essere il più possibile uguali al menù giornaliero nel rispetto della privacy:

*-Sostenibilità del menù.*

*-Varietà e promozione di alimenti salutarì anche per il soggetto allergico.*

Per una corretta preparazione e distribuzione delle diete speciali è opportuno rispettare i seguenti criteri:

- **Standardizzare ogni fase** definendo le competenze per ciascun punto:
  - *Accoglienza, documentazione e richiesta dieta speciale;*
  - *Formulazione della dieta;*
  - *Produzione;*
  - *Distribuzione;*
  - *Assistenza al pasto;*
  - *Verifica.*

## **ALCUNE CONSIDERAZIONI RELATIVE AL CICLO DI PRODUZIONE DI UNA DIETA SPECIALE**

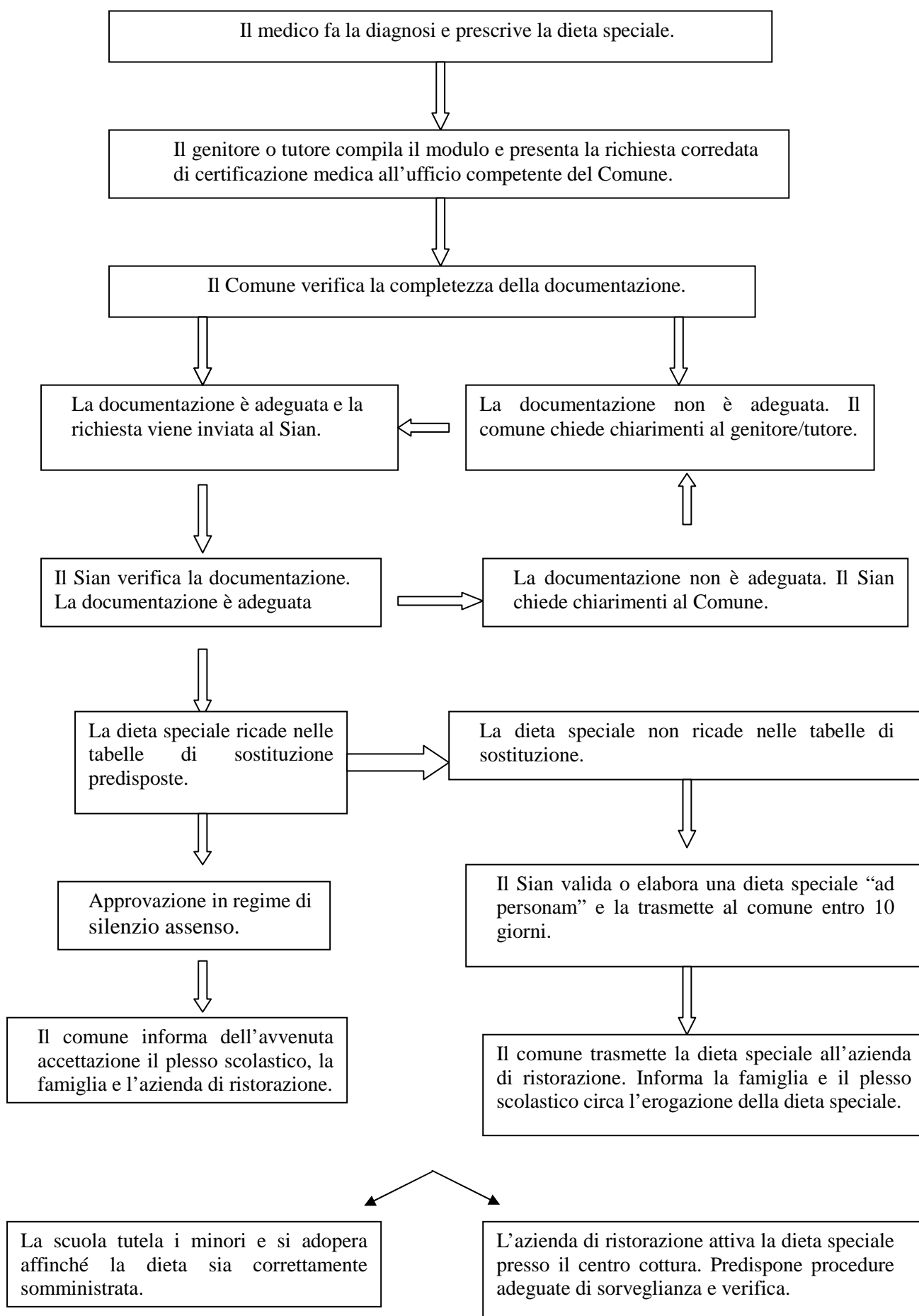
- Gli alimenti destinati alla dieta devono essere mantenuti separati da tutti gli altri previsti per comporre il menù base;
- Ogni vivanda costituente la dieta va preparata e confezionata in area dedicata, anche solo temporaneamente, e riposta in appositi contenitori i quali vanno collocati su vassoio personalizzato recante il nome del bambino;
- Gli utensili utilizzati per la preparazione e il confezionamento della dieta devono essere unicamente impiegati per tale produzione;
- Il personale addetto alla preparazione e distribuzione, nonché il personale scolastico deve lavarsi accuratamente le mani, qualora abbia manipolato altri alimenti;
- Il bambino con dieta speciale deve essere servito sempre per primo: è bene che la distribuzione per le classi avvenga inizialmente a partire dai soggetti con dieta speciale e prosegua successivamente per gli altri commensali;
- Il pasto deve essere distribuito solo dopo che il personale addetto abbia identificato il bambino di concerto con l'insegnante;
- Il personale addetto alla preparazione e distribuzione può verificare la corretta erogazione della dieta attraverso apposita modulistica di tracciabilità, nella quale siano evidenziate le fasi del relativo processo.

## **Sorveglianza e vigilanza**

- È necessario prevedere un'apposita procedura per la corretta distribuzione e l'assistenza al pasto sulla quale il personale della mensa scolastica va adeguatamente formato;
- Gli insegnanti effettuano controllo visivo avente ad oggetto la corrispondenza tra il nome del bambino/a e il nominativo apposto sui recipienti contenenti le portate della dieta;
- In caso di dubbio l'insegnante o il personale della mensa (centro cottura e/o refettorio) può e deve far sospendere la somministrazione e contattare immediatamente il produttore della dieta (il responsabile della ditta di ristorazione, il Comune o la segreteria scolastica).



## DIAGRAMMA DELLA PROCEDURA DI ATTIVAZIONE DELLE DIETE SPECIALI DI TIPO SANITARIO



## TABELLE DI SOSTITUZIONE DI ALIMENTI-PROTOCOLLO GENERALE PER DIETE SPECIALI

### DIETA “LEGGERA” PER INDISPOSIZIONE TEMPORANEA

La dieta “leggera” (detta anche a scarso residuo o “in bianco”) prevede la presenza di piatti semplici e, generalmente, è rivolta a coloro che soffrono di stati di chetosi (acetone), gastroduodeniti o enteriti in via di risoluzione (non deve essere più presente diarrea) o stati post-influenzali, situazioni che comunque richiedono un periodo di cautela nella ripresa della abituale alimentazione.

La richiesta di dieta “leggera” di norma deve essere effettuata dal medico o pediatra curante; **può essere richiesta per iscritto, per un periodo massimo di 3 giorni, anche dal genitore** nel caso di indisposizione temporanea e in via di risoluzione.

Generalmente si tratta di confezionare una dieta quasi priva di grassi di origine animale (uova, latte intero, salumi, carni rosse, dolci, ecc.).

Va utilizzato come condimento olio extra vergine d’oliva, da consumare **crudo** per evitare la scarsa digeribilità dei grassi sottoposti a cottura.

Pietanze tipo per comporre un menù “leggero”:

- pasta condita con olio extra vergine di oliva e parmigiano
- filetto di pesce al vapore / carne bianca / parmigiano reggiano
- carote al vapore e/o patate lesse
- pane bianco
- frutta (mela o banana)

**N.B.:** Le grammature rimangono invariate rispetto alle tabelle in vigore.

### MODIFICHE TABELLA DIETETICA PER MOTIVI ETICO-RELIGIOSI

a) **Eliminazione carne suina:** la carne suina è presente nel menù solo come prosciutto crudo, prosciutto cotto ed eventualmente come ripieno nei tortellini (per le polpette si consiglia l’utilizzo di carne di bovino adulto e/o vitello). Pertanto, nel caso in cui per motivi etico-religiosi si richiede l’eliminazione dalla dieta di carne suina è possibile sostituirla in base ai seguenti suggerimenti.

Sostituire i tortellini con:

- pasta al pomodoro;
- pasta alle verdure di stagione;

Sostituire il prosciutto crudo/cotto con:

- bresaola (preferibilmente);
- uova;
- formaggio;

b) **Eliminazione di “tutti i tipi di carne”**: seguire il seguente schema:

- al posto dei tortellini somministrare: pasta al pomodoro o pasta con verdure + formaggio;
- al posto della carne suina (prosciutto crudo e cotto) somministrare uova;
- al posto della carne bovina, di pollo, coniglio e tacchino fornire come secondo piatto pesce.

c) **Eliminazione sia della carne sia del pesce** per motivi etico-religiosi o dieta vegetariana: è possibile somministrare come secondo piatto uova o formaggio.

Per richieste diverse e per una migliore elaborazione della modifica è opportuno che il genitore/tutore contatti il Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione.

Si ricorda che le suddette sostituzioni si riferiscono ad un menù tipo.

E' importante comunque ricordare che **in ogni caso è vietato introdurre alimenti dall'esterno, forniti ad esempio dal genitore.**

## **MODIFICA DELLA TABELLA DIETETICA PER ACCERTAMENTI DIAGNOSTICI**

In preparazione di accertamenti diagnostici (es. esami radiografici, endoscopici, ricerca sangue occulto nelle feci, ecc.), è possibile seguire l'indicazione dietetica specifica prescritta da parte del medico, pediatra, specialista o servizio sanitario richiedente l'accertamento utilizzando il modello preposto.

## **MODIFICA DELLA TABELLA DIETETICA PER SOSPETTA INTOLLERANZA/ALLERGIA**

Per gli alimenti da escludere occorre attenersi alle indicazioni riportate nella richiesta presentata dal richiedente (modello riportato in fondo al presente fascicolo). La richiesta da parte del genitore ha validità per un periodo di massimo 15 giorni, dopodiché è indispensabile presentare un certificato medico che attesti la sospetta intolleranza/allergia la cui validità sarà di 3 mesi e dovrà specificare l'alimento o l'ingrediente da eliminare e la durata della dieta diagnostica/percorso di eliminazione.

Per sospetta allergia/intolleranza all'**uovo, latte e latticini, pesce e pomodoro** si possono utilizzare, in attesa o in assenza di indicazioni mediche precise, gli schemi dietetici redatti dal SIAN per le forme accertate e riportate successivamente nel presente fascicolo.

## **MODIFICA DELLA TABELLA DIETETICA PER PATOLOGIE CERTIFICATE DAL MEDICO CURANTE O SPECIALISTA**

### **Favismo**

La dieta per questi soggetti deve escludere completamente **fave e piselli e tutti i preparati che li contengono sotto qualsiasi forma**. Sono alimenti facilmente riconoscibili, in quanto per lo più vengono utilizzati tal quali; si possono però ritrovare in contorni misti di verdure, preparati per minestroni, passati di verdure freschi e/o surgelati. Eliminare ovviamente preparazioni quali primi

piatti con piselli e frittate o sformati in cui sono presenti i piselli. Se presente attenersi alla prescrizione dietoterapica fornita dal medico di medicina generale e/o dallo specialista.

### **Fenilchetonuria**

La dieta prevede una quasi totale eliminazione dell'amminoacido fenilalanina; questo è presente in moltissimi alimenti proteici e ciò obbliga non solo alla riduzione, ma spesso anche alla completa eliminazione di alcuni di essi, che devono essere sostituiti da alimenti speciali. Tale quota, così come quella degli alimenti normali, deve essere calcolata con estrema precisione per ogni soggetto. Pertanto la **dieta deve essere personalizzata caso per caso e calcolata dallo specialista o dal Centro per le malattie metaboliche** a cui il paziente fa riferimento. Il centro cottura e il personale addetto in cucina deve rispettare in maniera **precisa e scrupolosa** quanto indicato da chi ha preparato la dieta, pesando ogni volta gli alimenti previsti che verranno preparati in zone appositamente dedicate. Eventuali difficoltà interpretative delle prescrizioni vanno, comunque, sempre discusse con gli Specialisti che hanno in cura il paziente.

### **Diabete mellito**

Non viene allegato nessuno schema dietetico poiché solitamente il paziente possiede una dieta personalizzata prescritta dal centro di riferimento (o dal medico di medicina generale o dallo specialista) nella quale sono indicati gli alimenti concessi con le relative grammature e gli alimenti eventualmente da evitare. A tal proposito si faccia anche riferimento a quanto indicato nella DGR N. 1356/2010 della Regione Marche "Piano integrato di accoglienza/assistenza del minore con diabete a scuola".

### **Obesità**

Lo schema dietetico non viene allegato poiché solitamente il paziente possiede una dieta personalizzata, contenente precise prescrizioni qualitative e quantitative. Abitualmente una dieta per la riduzione del peso corporeo, se non sono presenti altre patologie diagnosticate, può prevedere l'utilizzo delle stesse tipologie di alimenti del menù scolastico: può essere quindi, per la maggior parte delle volte, sovrapponibile al menù scolastico, pur con una riduzione delle grammature.

Quindi bisogna porre particolare attenzione alle quantità, che sono eventualmente indicate nella prescrizione dietoterapica, e tenere presente che mai dovranno essere somministrate porzioni aggiuntive, ad eccezione di frutta e verdura. Non dovranno inoltre essere somministrati, a fine pasto e/o come merenda, dolci, gelati, budini, succhi di frutta che dovranno essere sostituiti da frutta fresca di stagione.

Nel caso in cui il genitore richieda verbalmente, senza la presenza di certificato medico, una riduzione delle porzioni è possibile metterlo in contatto con il Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione per eventuali chiarimenti e consulenza.

## ALLERGIE E INTOLLERANZE ALIMENTARI

L'AA (Allergia Alimentare) è una reazione immunologica avversa al cibo. È una vera e propria malattia con precise caratteristiche che riguarda singoli individui geneticamente predisposti. Diversamente dalle sostanze tossiche o dagli agenti infettivi, che costituiscono un pericolo per la popolazione, nel caso dell'AA sono solo taluni costituenti alimentari, innocui per i più, in grado di determinare reazioni immediate o ritardate che possono raggiungere gradi elevati di gravità fino ad essere fatali. La sintomatologia clinica può essere diversificata in base al coinvolgimento di anticorpi o altri mediatori cellulari.

Possiamo avere alcuni ben distinti quadri clinici con manifestazioni differenti.

**Quadri clinici IgE mediati** includono principalmente: shock anafilattico, orticaria-angioedema, manifestazioni allergiche (orticaria e anafilassi) associate all'esercizio fisico dopo consumo di un alimento (Food-associated exercise-induced anaphylaxis), disturbi respiratori (asma e rinite), sindrome orale allergica, disturbi gastroenterici. La caratteristica fondamentale è l'immediatezza della loro insorgenza: i sintomi insorgono a breve distanza dall'assunzione del cibo (1 - 2 ore) e sono tanto più gravi quanto più precocemente insorgono.

- ☑ Lo shock anafilattico è una reazione sistemica a rapida insorgenza che coinvolge diversi organi e apparati e può portare alla perdita di coscienza. Tutti gli alimenti possono indurre anafilassi ma in particolar modo quelli che sono più spesso chiamati in causa sono: frutta secca (arachidi, nocciole), crostacei (gamberi), pesce, latte e uova.
- ☑ Orticaria-angioedema: caratterizzata dalla comparsa di manifestazioni cutanee erimato-pomfoidi con prurito. Possono comparire in qualsiasi età ma sono più frequenti nell'età pediatrica. Inoltre qualsiasi alimento può scatenare questi sintomi.
- ☑ Manifestazioni allergiche (orticaria anafilassi) associate ad esercizio fisico dopo consumo di un alimento nei confronti del quale è stata manifestata allergia.
- ☑ Disturbi respiratori, forme rare ma frequenti nell'età pediatrica.
- ☑ Sindrome orale allergica (SOA) che si caratterizza per l'insorgenza di prurito limitato ad edemi nel cavo orale. Gli alimenti più frequentemente in causa sono: mela, carota, melone, pesca e pera.
- ☑ Disturbi gastroenterici: l'allergia alimentare IgE mediata può determinare quadri intestinali sia con manifestazioni drammatiche (coliche addominali violente, diarrea, vomito) che rappresentano lo shock anafilattico addominale, sia con manifestazioni croniche correlate con la pluripositività verso allergeni alimentari.

**Quadri clinici misti IgE e cellulo-mediati**: Dermatite atopica, Gastroenteropatie eosinofile.

**Quadri clinici cellulo mediati**

- ☑ Enterocolite allergica da proteine alimentari, proctite da proteine alimentari.
- ☑ Enterocolite allergica da proteine alimentari (anche denominata food protein induced enterocolitis syndrome - FPIES) interessa sostanzialmente l'età pediatrica e di solito va incontro a risoluzione. L'esposizione continuativa alle proteine alimentari in causa comporta emesi, diarrea, letargia, scarsa crescita. Gli alimenti più spesso coinvolti sono latte, soia, riso. I sintomi insorgono tipicamente dopo 2-3 ore dall'assunzione dell'alimento sospetto e regrediscono completamente dopo la sospensione dello stesso.
- ☑ proctite da proteine alimentari : tipica dell'infanzia, è correlata con infiammazione eosinofila localizzata ed è caratterizzata dalla comparsa di sanguinamento e mucillagini con le feci; si correla con latte vaccino.

Gli alimenti responsabili della stragrande maggioranza delle reazioni avverse agli alimenti sono:

latte, uova, arachidi, pesci, frutta secca, soia nei bambini e, negli adulti, arachidi, noci, pesci, crostacei, verdura e frutta.

Vengono di seguito considerati anche quelli inclusi nella sezione III Allergeni alimentari della legislazione vigente (art. 27 della Legge 88/2009 “Disposizioni per l’attuazione della Direttiva 2007/68/CE) che fissa un elenco di ingredienti alimentari che vanno obbligatoriamente indicati in etichetta in quanto possono provocare effetti indesiderati in persone sensibili.

Nell’allergia alimentare non è possibile istituire una terapia farmacologica o desensibilizzante mirata.

La farmacoterapia delle allergie alimentari si risolve nel trattamento di emergenza per i pazienti inavvertitamente esposti all’allergene alimentare già causa nota di reazione allergica il cui trattamento di scelta per l’anafilassi, in particolare quella da cibo, è l’adrenalina per via iniettabile (Sampson et al., 1992).

I soggetti con allergia alimentare devono fare il massimo sforzo quindi per evitare il cibo per il quale hanno già avuto una reazione.

L’unica terapia è dunque una **dieta di eliminazione** che se non correttamente effettuata, può causare malnutrizione o seri effetti psicopatologici. È opportuno quindi che le diete speciali e le indicazioni riportate vengano eseguite con la massima cura e attenzione, considerando il fatto che nel caso delle allergie i livelli soglia non sono stati ancora determinati per la maggior parte degli allergeni alimentari, e quelli conosciuti, uovo, arachide e latte, possono variare, da individuo ad individuo, da pochi milligrammi a qualche grammo. Proprio per questa variabilità, al momento non è nemmeno possibile basare su questo parametro le regole di etichettatura. Soltanto per l’anidride solforosa e i solfiti è indicato dalle disposizioni vigenti il limite di 10 mg/kg o 10 mg/l espressi come SO<sub>2</sub>, il cui superamento implica l’obbligo di segnalazione in etichetta.

Quindi è per questo motivo che quando si elimina un alimento, devono essere esclusi dalla dieta non solo gli alimenti tal quali (uova, latte, ecc.) ma anche i prodotti alimentari in cui tali alimenti sono presenti come ingredienti (es. uova nei biscotti, ecc.) e i prodotti alimentari in cui tali alimenti sono presenti come coadiuvanti tecnologici o come contaminanti derivanti da procedimenti di lavorazione del prodotto stesso.

In questo senso è di grande utilità saper leggere le etichette dei prodotti alimentari confezionati.

## **INTOLLERANZA ALIMENTARE**

L’intolleranza ad un determinato cibo si configura come una reazione avversa causata da condizioni fisiologiche uniche caratteristiche dell’ospite.

Sono reazioni negative all’alimento, alle bevande e/o agli additivi in essi presenti.

Solitamente sono reazioni ritardate, che coinvolgono uno o più organi o sistemi, ma non sono correlati direttamente al sistema immunitario. L’intolleranza alimentare può risultare dall’assenza di specifiche sostanze chimiche o enzimi necessari per digerire un determinato alimento o da reazioni chimiche che avvengono naturalmente nella digestione del cibo.

Si presentano di seguito gli schemi dietetici redatti dal SIAN per le allergie più frequenti e per gli allergeni indicati nella sezione III Allergeni alimentari della legislazione vigente (art.27 della Legge 88/2009 “Disposizioni per l’attuazione della Direttiva 2007/68/CE), che risultano essere le forme più comuni di allergia.

Le stesse tabelle possono essere usate nel caso di intolleranze diagnosticate e certificate.

## DIETA SPECIALE PER CELIACHIA

La celiachia è una intolleranza permanente al glutine presente in alcuni cereali: frumento (grano), orzo, segale, farro, kamut, spelta, triticale.

Le gliadine sono contenute nel frumento (grano), le prolamine nella segale, nell'avena e nell'orzo; per questo sono da eliminare tutti i prodotti a base di frumento, segale, orzo, avena e loro derivati (ad es. pasta, pane, farina, gnocchi, ravioli, cereali in fiocchi, prodotti da forno dolci o salati, dolci, pizza, focacce, ecc.).

Il riso ed il mais non contengono né gliadine, né prolamine e quindi possono essere consumati dai pazienti celiaci.

In commercio esistono prodotti dietetici specifici per soggetti celiaci, che non contengono glutine, ad esempio farine, base per pizza, pasta, pane, biscotti, ecc., che riportano sulla confezione anche lo specifico marchio (spiga barrata) che li caratterizza.

Poiché sostanze derivate da cereali si possono anche ritrovare come ingredienti o come additivi o come residuo di lavorazione in molti alimenti trasformati (ad es. **prosciutto cotto, gelati, yogurt, budini, dadi, caramelle, sughi, salse**, ecc.), è sempre necessario far riferimento al prontuario dell'Associazione Italiana Celiachia dei prodotti in commercio consentiti ai celiaci che specifica, nei prodotti a rischio, il nome commerciale del prodotto privo di glutine.

L'ingestione di glutine, anche in minime quantità, nei pazienti affetti o predisposti, provoca un grave danneggiamento della mucosa intestinale, con un conseguente inefficace assorbimento dei nutrienti.

Il malassorbimento può arrivare a determinare alcune patologie croniche e può essere particolarmente pericoloso nei bambini.

**Attualmente l'unica terapia è una dieta rigorosamente priva di glutine per tutta la vita.**

**Lo schema dietetico che segue è da ritenersi indicativo: nel caso di bambini o adulti con certificato medico di celiachia il Responsabile del servizio mensa deve informare il Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (tel. 0736.358060 sede Ascoli Piceno-0735793662 sede San Benedetto del Tronto) che effettuerà le valutazioni del caso e fornirà il menù scolastico aggiornato e dettagliato per gli intolleranti al glutine.**

QUANDO IL MENÙ PREVEDE	SOMMINISTRARE
<b>Primo piatto asciutto</b>	Pasta dietetica totalmente priva di glutine o riso conditi con olio extravergine di oliva o sugo di pomodoro o altri sughi consentiti.  Risotti preparati con brodo di verdura o di carne sono consentiti. Concesso l'uso di formaggio grana.
<b>Tortellini, gnocchi</b>	Pasta dietetica totalmente priva di glutine o riso conditi con olio extravergine di oliva o sugo di pomodoro o altri sughi consentiti. Oppure prodotto specifico senza glutine.

	Concesso l'uso di formaggio grana.
<b>Pasta al forno e pizza</b>	Concessi solo se preparati con prodotti specifici
<b>Primo piatto in brodo</b>	Pasta dietetica totalmente priva di glutine o riso conditi con olio extravergine di oliva o sugo di pomodoro o altri sughi consentiti. Risotti preparati con brodo di verdura o di carne sono consentiti. Concesso l'uso di formaggio grana.
<b>Legumi</b>	Non occorre la sostituzione. Se in associazione con la pasta attenersi alle indicazioni riguardanti i primi piatti.
<b>Sformati di verdure</b>	Occorre la sostituzione con un secondo piatto se nella preparazione vengono usati pangrattato o mollica di pane.
<b>Secondi piatti a base di carne</b>	Non serve sostituzione purché le carni vengano cucinate senza aggiunta di pangrattato o mollica di pane (no impanati o polpette).
<b>Secondi piatti a base di pesce</b>	Non serve sostituzione purché il pesce venga cucinato senza aggiunta di pangrattato o mollica di pane (no impanati o polpette).
<b>Secondi piatti a base di affettati</b>	Somministrare solo prosciutto crudo e/o consultare il prontuario degli alimenti.
<b>Formaggi</b>	Solo formaggi freschi e stagionati es: mozzarella, parmigiano, asiago. Consultare il prontuario per verificare la marca del prodotto scelto.
<b>Secondi piatti a base di uova</b>	Non occorre sostituzione.
<b>Contorni di verdure e patate</b>	Non serve sostituzione se vengono cucinati con prodotti consentiti.
<b>Frutta fresca</b>	Non serve sostituzione.
<b>Pane bianco o integrale</b>	Sostituire con pane senza glutine.
<b>Dolci, gelato</b>	Sostituire con frutta fresca di stagione o con prodotti dolciari senza glutine.
<b>Yogurt</b>	È concesso solo yogurt bianco al naturale, no yogurt ai cereali o al malto, controllare il prodotto sul prontuario degli alimenti per quanto riguarda lo yogurt alla frutta.

**N.B. Attenzione a preparati confezionati come minestre surgelate, passati o minestrone di legumi con farro, orzo o altri cereali vietati, sughi pronti, ragù confezionati, preparati per brodo, dadi ed estratti di carne o vegetali.**



## LA DOMANDA DI CHI PREPARA I PASTI PER CELIACI:

### *In cucina che cosa si deve fare?*

1. Preparare il pasto “senza glutine” PRIMA di preparare gli altri cibi.
2. Lavare accuratamente mani e superfici sporche di farina, stoviglie ed utensili serviti per la preparazione di altre pietanze contenenti glutine (es. la pasta).
3. Non usare fogli o teglie di alluminio o carta da forno su piastre e superfici che possono essere contaminate.
4. Cucinare la pasta dietetica in un tegame dedicato, pulito con acqua non utilizzata per altre cotture, facendo attenzione a non mescolarla con lo stesso cucchiaino che si sta adoperando per la pasta normale e lavare lo scolapasta od utilizzarne uno esclusivo per la pasta senza glutine.
5. Usare solo le farine consentite per infarinare e/o addensare i cibi.

## DIETA SPECIALE PER ALLERGIA ALLE UOVA E PRODOTTI DERIVATI

L'allergia è solitamente verso le proteine dell'albume, anche se può verificarsi una sovrapposizione di reattività tra le proteine dell'albume e del tuorlo.

Sono da escludere dalla dieta:

- uova intere (sia albume che tuorlo);
- alimenti contenenti uova come ingrediente (pasta all'uovo, prodotti da forno, dolci, merendine, torte, budini, salse varie);
- alimenti che possono contenere alcuni derivati dell'uovo quali: albumina, globulina, ovalbumina, livetina, ovoglobulina, ovomucina, ovomucoide, ovovitellina, vitellina.

Essendo l'uovo un ingrediente molto diffuso nel settore alimentare, la dieta dei soggetti portatori di questa allergia deve necessariamente avvalersi di un'attenta lettura delle etichette.

QUANDO IL MENÙ PREVEDE	SOMMINISTRARE
<b>Primo piatto asciutto</b>	Non serve sostituzione se si usa pasta di semola o riso  Serve sostituzione se è prevista pasta all'uovo, tortellini o gnocchi. In questo caso somministrare al loro posto pasta di semola
<b>Pasta al forno</b> <b>Tortellini</b>	Serve la sostituzione con pasta di semola se per cucinare la pasta al forno vengono usate pasta sfoglia all'uovo (tipo lasagne) o pasta all'uovo.
<b>Primo piatto in brodo</b>	Non serve sostituzione se si usa pasta o riso o pastina di semola. Occorre sostituire se viene utilizzata pasta all'uovo.
<b>Sformati di verdure</b>	Non serve sostituzione se non nel caso in cui la ricetta preveda l'utilizzo di uova o prodotti a base di uova che dovranno essere eliminati. Se tale eliminazione non fosse attuabile dovranno essere somministrati come secondo piatto: prosciutto crudo/cotto o formaggio.

<b>Secondi piatti a base di carne</b>	Non serve sostituzione purché le carni vengano cucinate senza aggiunta di uova (no impanati o polpette).
<b>Secondi piatti a base di pesce</b>	Non serve sostituzione purché il pesce venga cucinato senza aggiunta di uova (no impanati o polpette).
<b>Secondi piatti a base di affettati o formaggi</b>	Non serve sostituzione
<b>Secondi piatti a base di uova</b>	Occorre sostituzione con: vitello, vitellone, oppure con merluzzo/nasello, coda di rospo, sogliola/platessa a seconda dell'alternanza degli alimenti nel menù scolastico in vigore.  Non utilizzare le uova durante la preparazione e la cottura. È possibile sostituire anche con carne di pollo o tacchino se non diversamente indicato dal certificato medico allegato.
<b>Contorni di verdure e patate</b>	Non serve sostituzione se non vengono utilizzate uova
<b>Frutta</b>	Non serve sostituzione
<b>Pane bianco o integrale</b>	Non serve sostituzione
<b>Dolci, gelato</b>	Sostituire con frutta fresca di stagione o yogurt
<b>Yogurt</b>	Non serve sostituzione

## DIETA SPECIALE PER ALLERGIA AL LATTE E AI LATTICINI

L'allergia al latte è sicuramente la più frequente e conosciuta allergia alimentare soprattutto in ambito pediatrico.

Le proteine del latte sono classificate in caseine e sieroproteine, che costituiscono l'80 e il 20%, rispettivamente, delle proteine totali del latte. L'allergia si può manifestare nei confronti delle caseine, e nei confronti di altre proteine del latte con fenomeni di cross-reattività.

L'allergia al latte o ai latticini si può manifestare inoltre a causa dell'intolleranza al lattosio.

È necessario **quindi leggere attentamente le etichette dei prodotti alimentari che** vengono usati in cucina.

Sono da escludere dalla dieta:

- latte in tutte le diverse preparazioni, fresco, a lunga conservazione, in polvere, concentrato;
- latticini, formaggi freschi e stagionati;
- alimenti contenenti latte come ingrediente es. prodotti da forno, dolci, merendine, torte, caramelle, gelati e ghiaccioli;
- salse preparate con latte, paste con ripieno;
- prosciutto cotto;
- legumi e vegetali in scatola (leggere le etichette dei prodotti confezionati che possono contenere proteine del latte e/o lattosio);
- alimenti precotti.

Anche se nel menù non sono previsti, ricordiamo che è vietato per gli allergici al latte e ai latticini il

consumo di burro, panna e dadi o estratti da brodo.

<b>QUANDO IL MENÙ PREVEDE</b>	<b>SOMMINISTRARE</b>
<b>Primo piatto asciutto</b>	Non serve sostituzione se non in caso di preparazioni che contengano latte o formaggi o latticini: pasta con sugo e ricotta. In questo caso somministrare pasta o riso all'olio extravergine d'oliva o al pomodoro.  Non aggiungere alla preparazione grana padano o parmigiano reggiano.
<b>Pasta al forno</b> <b>Tortellini</b>	In questo caso sostituire con pasta o riso al pomodoro o alle verdure. Non aggiungere alla preparazione grana padano o parmigiano reggiano.
<b>Primo piatto in brodo</b>	Non serve sostituzione se non in caso di preparazioni che contengano latte o formaggi o latticini. In questo caso pasta o riso al pomodoro o alle verdure. Non aggiungere alla preparazione grana padano o parmigiano reggiano.
<b>Sformati di verdure</b>	Non serve sostituzione se non nel caso in cui la ricetta preveda l'utilizzo di latte, latticini e formaggio grana. Se tale eliminazione non fosse attuabile dovranno essere somministrati come secondo piatto: prosciutto crudo o uova
<b>Secondi piatti a base di carne</b>	Non serve sostituzione purché le carni vengano cucinate senza aggiunta di latte (no impanati o polpette).
<b>Secondi piatti a base di pesce</b>	Non serve sostituzione purché il pesce venga cucinato senza aggiunta di latte (no impanati o polpette).
<b>Secondi piatti a base di prosciutto cotto o formaggi</b>	Serve sostituzione con prosciutto crudo o bresaola.
<b>Secondi piatti a base di uova</b>	Non serve sostituzione purché vengano cucinate senza l'aggiunta di latte o latticini
<b>Contorni di verdure e patate</b>	Non serve sostituzione se non eventualmente nel caso di verdure conservate. Leggere le etichette.
<b>Frutta</b>	Non serve sostituzione
<b>Pane bianco o integrale</b>	Non serve sostituzione
<b>Dolci, gelato</b>	Sostituire con frutta fresca di stagione o dolci lattoprivi, se forniti dal capitolato (attenzione all'etichetta).

Yogurt	Frutta fresca di stagione
--------	---------------------------

## DIETA SPECIALE PER ALLERGIA AL PESCE

Sono da escludere dalla dieta tutti i prodotti ittici e quindi ogni tipo di pesce.

Si deve sostituire l'alimento con un altro tipo di secondo piatto: prediligere la sostituzione con carne bovina, pollo, tacchino.

Sono da eliminare anche i primi piatti a base di pesce quali: pasta o spaghetti al sugo di pesce e pasta al tonno, che vanno sostituite con pasta semplice al pomodoro o alle verdure oppure pasta olio e parmigiano. Per una corretta alternanza delle pietanze il Sian validerà o elaborerà un menù speciale apposito su richiesta.

### *Crostacei e molluschi*

Anche crostacei e molluschi includono un elevato numero di specie, più o meno vicine dal punto di vista filogenetico. Tra le diverse specie sicuramente il gambero è quello più frequentemente responsabile di reazioni cliniche negli adulti. Fenomeni di *cross-reattività* sono stati osservati non solo tra i diversi crostacei (aragosta, granchio, ecc.) e molluschi (seppie, ecc).

Sono vietati tutti i sughi o le preparazioni per risotti o zuppe contenenti gamberi, seppie, molluschi di vario tipo.

Sono da eliminare ovviamente tutti i secondi piatti a base di seppie, polipo, insalate di mare con gamberi e sostituirle con carne bianca oppure formaggio oppure uova.

Per una corretta alternanza delle pietanze il Sian validerà o elaborerà un menù speciale apposito su richiesta.

## DIETA SPECIALE PER ALLERGIA AL POMODORO

In caso di allergia al pomodoro è opportuno verificare gli ingredienti utilizzati per la preparazione dei piatti previsti nel menù, al fine di non somministrare l'alimento allergizzante che dovrà essere sostituito con altro prodotto ortofrutticolo.

QUANDO IL MENÙ PREVEDE	SOMMINISTRARE
<b>Primo piatto asciutto con sugo al pomodoro fresco o pelato in scatola</b>	Sostituire con pasta o riso all'olio extravergine d'oliva, pasta alle verdure senza pomodoro, risotto alla parmigiana, con piselli.
<b>Pasta al forno</b>	Serve la sostituzione se preparata con pomodoro anche in scatola; in questo caso somministrare: pasta o riso all'olio extravergine d'oliva, pasta o riso alle verdure senza pomodoro, risotto alla parmigiana, con piselli.

<b>Primo piatto in brodo</b>	Non serve sostituzione se non in caso di preparazioni che contengano pomodori, facendo attenzione alle preparazioni di brodi vegetali, alle minestre preparate con verdure miste o ai minestrini surgelati nei quali possono essere presenti i pomodori.
<b>Pizza</b>	Serve sostituzione se pizza al pomodoro: pizza senza pomodoro oppure pasta o riso all'olio extravergine di oliva, pasta o riso alle verdure, risotto alla parmigiana o con piselli.
<b>Sformati di verdure</b>	Non serve sostituzione se non nel caso in cui la ricetta preveda l'utilizzo di pomodori. Se tale eliminazione non fosse attuabile dovranno essere somministrati come secondo piatto: prosciutto crudo/cotto o formaggio.
<b>Secondi piatti a base di carne</b>	Non serve sostituzione purché le carni vengano cucinate senza aggiunta di pomodori (anche in scatola).
<b>Secondi piatti a base di pesce</b>	Non serve sostituzione purché il pesce venga cucinato senza aggiunta di pomodori (anche in scatola).
<b>Secondi piatti a base di affettati o formaggi</b>	Non serve sostituzione
<b>Secondi piatti a base di uova</b>	Non serve sostituzione purché le uova vengano cucinate senza aggiunta di pomodori (anche in scatola).
<b>Contorni di verdure e patate</b>	Non serve sostituzione se non in caso di utilizzo di pomodori che dovranno essere eliminati e sostituiti con altro tipo di verdura.
<b>Frutta</b>	Non serve sostituzione
<b>Pane bianco o integrale</b>	Non serve sostituzione
<b>Dolci, gelato</b>	Non serve sostituzione se non in caso di utilizzo di pomodoro come ingrediente.

## DIETE SPECIALI PER ALLERGIA AL NICHEL/LEGUMI /ALTRA ALLERGIA

Per altri tipi di allergie previste nel modulo richiesta variazione menù, quali allergia al nichel, legumi, frutta a guscio o altri tipi di allergie singole o associate attenersi a quanto indicato dal pediatra o medico di medicina generale o specialista di riferimento per quanto riguarda la tipologia dell'alimento che scatena l'allergia e delle potenziali cross-reattività con altri alimenti e/o additivi. Per un menù dettagliato privo degli alimenti indicati contattare il Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione.

## Allergia all'Arachide

L'arachide è spesso responsabile di fenomeni allergici anche gravi come lo shock anafilattico.

Il potenziale allergenico dell'arachide persiste ai comuni trattamenti tecnologici, ovvero tostatura e lavorazione che porta alla produzione di derivati (burro e farina di arachide).

Risulterebbe invece tollerato dalla maggior parte dei soggetti allergici l'olio di arachide che è sottoposto a processi di rettifica, in grado di allontanare quasi totalmente la frazione proteica. E' bene precisare che nel menù scolastico non sono previsti né l'utilizzo di arachide né l'uso di olio di semi di arachide, ma occorre tenere presente la gravità di questa allergia nel momento in cui si faccia uso di prodotti confezionati; in presenza di soggetti allergici all'arachide occorre leggere attentamente l'etichetta per escludere la presenza di tale alimento o suo derivato. Inoltre sono noti casi di cross-reattività che si osservano maggiormente con la frutta a guscio (nociola, mandorla, noce brasiliana), piuttosto che con altri legumi (fagioli, carrube, ecc).

## Allergia alla soia

Nel menù scolastico non sono presenti preparazioni a base di soia o contenenti soia.

Si faccia attenzione nel caso di utilizzo di zuppe di legumi miste che potrebbero contenere anche la soia.

La lettura degli ingredienti di prodotti alimentari confezionati diventa importante poiché la soia come l'arachide mantiene il suo potenziale antigenico, ovvero la capacità di legare le IgE circolanti, anche dopo trattamenti termici a varie temperature e per tempi diversi.

L'olio di soia risulta tollerato dalla maggioranza dei soggetti allergici.

Più a rischio di causare allergia, sia pur raramente, è la lecitina di soia.

Per quel che riguarda il fenomeno della *cross-reattività*, numerose sono le segnalazioni di co-sensibilizzazione tra soia e arachide/frutta a guscio.

## Allergia a Frutta a guscio

I principali frutti a guscio coinvolti nelle reazioni allergiche sono la mandorla (*Amigdalus communis*), la nociola (*Corylus avellana*), la noce (*Juglans regia*), l'anacardo o noce di Acajù (*Anacardium occidentale*), la noce di Pecan (*Corya illinoiensis*), la noce del Brasile (*Bertholletia excelsa*), il pistacchio (*Pistachia vera*) e la noce del Queensland (*Macadamia ternifolia*). Non tutti questi frutti hanno elevata diffusione nel nostro Paese.

Tra gli allergeni della frutta a guscio troviamo componenti di tutte e quattro le categorie di allergeni vegetali descritte in precedenza. Sono proteine stabili non denaturate dai trattamenti termici a cui questi frutti vengono comunemente sottoposti prima della commercializzazione.

Esistono casi documentati di *cross-reattività* sia tra i diversi frutti a guscio, sia con legumi anche se, come già detto in precedenza, gli eventi clinici non sempre vanno in parallelo alla co-sensibilizzazione valutata con test in vitro.

## Sedano, sesamo e senape

L'allergia al sedano (*Apium graveolens*) ha una certa diffusione in Italia, mentre la sensibilizzazione a sesamo (*Sesamum indicum*) e senape (*Sinapis alba*) ha una rilevanza clinica trascurabile. Con l'avvento della cucina etnica e la diffusione del sesamo si potrebbe trovare quale ingrediente dei prodotti da forno (dolci e pane), nel qual caso in presenza di soggetti diagnosticati allergici è opportuno controllare la composizione e gli ingredienti tramite lettura dell'etichetta.

**RICHIESTA DI DIETA SPECIALE PER MENÙ SCOLASTICO DEL COMUNE DI**

Il/la sottoscritto/a .....  
in qualità di:

☐ insegnante ☐ operatore scolastico ☐ operatore mensa ☐ genitore/tutore dell'alunno/a

nata/o a .....il.....

residente nel Comune di.....

via/piazza ..... n° ..... tel. ....

iscritto alla Scuola:..... classe .....sezione.....

che usufruisce del servizio mensa nei seguenti giorni (specificare):

- |  |                                    |
|--|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> <b>Tutti i giorni</b> | <input type="checkbox"/> Mercoledì |
| <input type="checkbox"/> Lunedì                | <input type="checkbox"/> Giovedì   |
| <input type="checkbox"/> Martedì               | <input type="checkbox"/> Venerdì   |

**CHIEDE**

che vengano apportate modifiche alla tabella dietetica in vigore nella scuola sopra citata per i seguenti motivi:

☐ **Etici, culturali o religiosi**, eliminando dalla dieta i seguenti alimenti:

☐ carne suina ☐ tutti i tipi di carne ☐ carne e pesce ☐ pesce

☐ **Patologie con certificato medico (allegato alla presente richiesta):**

- ☐ diabete mellito ☐ favismo ☐ obesità ☐ fenilchetonuria ☐ celiachia ☐ allergia al pesce ☐  
allergia alle uova ☐ allergia al latte e derivati ☐ allergia al nichel ☐ allergia al pomodoro  
☐ allergia ai legumi (*specificare*) .....  
☐ allergia alla frutta a guscio (*specificare*) .....  
☐ altra allergia (*specificare*) .....

☐ Disabilità, problemi ortodontici, difficoltà di deglutizione

☐ Sospetta intolleranza/allergia (**certificato medico da trasmettere entro 15 giorni**):

Eliminare il seguente/i alimento/i: .....

dal ...../...../..... al ...../...../.....

☐ Accertamento diagnostico: eliminare il seguente/i alimento/i: .....

dal ...../...../..... al ...../...../.....

....., li .....

Firma .....

Consapevole che la richiesta è subordinata al trattamento dei dati personali e sensibili, si dichiara di aver preso visione dell'informativa predisposta dal titolare del trattamento ai sensi dell'art. 13 D.Lgs. 196/2003 allegato alla presente, ed in qualità di interessato (art. 23 del citato D.Lgs. 196/2003) presto il mio consenso ed autorizzo il trattamento dei dati personali e sensibili per i fini indicati nella suddetta informativa.

....., li .....

Firma .....

**N.B.:** Per una migliore programmazione del pasto del bambino è possibile contattare il Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione ai seguenti numeri telefonici 0736358930 sede Ascoli Piceno-0735793662 sede San Benedetto del Tronto.

## INFORMATIVA AI SENSI DELL'Art. 13 D.Lgs. 196/2003

Gentile Signore/a,

la informiamo che il D.Lgs. 196/2003 "Codice in materia di protezione dei dati personali" prevede la tutela delle persone e di altri soggetti rispetto al trattamento dei dati personali.

Secondo la normativa indicata tale trattamento sarà improntato ai principi di correttezza liceità e trasparenza e di tutela della sua riservatezza e dei suoi diritti.

Pertanto, ai sensi dell'art. 13 del D.Lgs. 196/2003, le forniamo le seguenti informazioni:

1. i dati da lei forniti verranno trattati per la seguente finalità: somministrazione di dieta speciale, adattamento della tabella dietetica della mensa scolastica, interventi di sorveglianza nutrizionale da parte di operatori del Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione dell'ASUR AV 5 AP;

2. il trattamento sarà effettuato con le seguenti modalità: manuale e informatizzato;

3. il conferimento dei dati è obbligatorio al fine di predisporre la dieta speciale o gli adattamenti della tabella dietetica;

4. il diniego a fornire i dati personali e a sottoscrivere il consenso non consentirà di predisporre a suo figlio/a la dieta specifica;

5. i dati saranno utilizzati dai dipendenti degli uffici comunali preposti ai servizi scolastici incaricati del trattamento, dal personale direttamente addetto all'attività di ristorazione (dipendente comunale e/o di Ditte che hanno la gestione del servizio di ristorazione presso le scuole), dal personale sanitario del Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione dell'ASUR AV5 AP;

6. il trattamento effettuato su tali dati sensibili sarà ricompreso nei limiti indicati dal Garante per finalità di carattere istituzionale;

7. i dati non saranno oggetto di diffusione;

8. in ogni momento potrà esercitare i suoi diritti nei confronti del titolare del trattamento, ai sensi dell'art. 7 D.Lgs. 196/2003;

9. il titolare del trattamento è il Comune di ..... con sede in ..... nella persona del Sindaco pro-tempore. Responsabile del trattamento dei dati è il funzionario .....