



Arezzo, 29 luglio 2024 - Con la stagione estiva c'è sempre il rischio di andare incontro a ondate di calore intenso, con temperature elevate che favoriscono la contaminazione degli alimenti e aumentano il rischio di gastroenteriti e intossicazioni alimentari, soprattutto nelle persone fragili e nei bambini. Fondamentale, quindi, è seguire piccole e semplici accortezze per una corretta preparazione e conservazione dei cibi ed evitare, così, di incorrere in potenziali rischi per la salute.

La prevenzione delle malattie trasmesse da alimenti è uno dei compiti affidati al Dipartimento di Prevenzione dell'Asl Toscana sud est grazie ad una capillare attività di controllo del settore alimentare e ad una corretta informazione rivolta al consumatore.

“Soprattutto durante l'estate è necessario adottare alcune semplici regole per conservare adeguatamente cibi crudi e cotti - spiega il dott. Giorgio Briganti, direttore del Dipartimento di prevenzione - Bisogna evitare di lasciare cibi deperibili come latte, latticini, dolci a base di crema, carne o pesce a temperatura ambiente, ma conservarli in frigorifero. Nel trasportarli dal negozio a casa, evitare lunghe esposizioni alle alte temperature, limitando la permanenza degli alimenti in auto o utilizzando apposite borse termiche”.

“Mai lasciare acqua in bottiglia esposta a raggi solari diretti o in ambienti molto caldi, rispettare rigorosamente la data di scadenza del prodotto o quella entro la quale è preferibile il consumo e lavarsi sempre le mani prima di procedere alla preparazione dei cibi - prosegue Briganti - Nel caso di dubbio sulle caratteristiche organolettiche di un alimento come cambiamento di odore, colore, consistenza o sapore, non consumarlo mai, ma cercare di capire le motivazioni della sua alterazione accertandosi il corretto funzionamento del frigorifero”.

Si raccomanda, infine, di lavare bene la frutta, le verdure e tutti i cibi che si consumano crudi, facendo attenzione che non vengano a contatto con altri alimenti o con piani di lavoro sporchi e consumare quelli cotti nel più breve tempo possibile.

Nella conservazione dei prodotti alimentari in frigorifero è consigliabile seguire le istruzioni riportate sulle confezioni e conservare preferibilmente i cibi cotti in compartimenti separati e lontani da quelli crudi. Nel caso di alimenti congelati o surgelati controllare le indicazioni riportate sulle confezioni relative alla temperatura di conservazione del prodotto ed alle modalità di scongelamento. Se già scongelati, gli alimenti non possono essere conservati nuovamente in freezer, ma in frigorifero e consumati nel più breve tempo possibile.