



**FARMACIE  
COMUNALI  
RIUNITE**

**TERMOMETRI  
A INFRAROSSI**

---

**MAL DI TESTA  
DA FARMACI**

---

**NATURALE È GARANZIA  
DI SICUREZZA?**

---

**CIBO SICURO**

Anno 20 n. 4 Dicembre 2021

Copia omaggio



## SOMMARIO



### TERMOMETRI A INFRAROSSI

QUANTO SONO AFFIDABILI E COME VANNO UTILIZZATI?

3

Il termometro è uno degli strumenti entrati nella nostra quotidianità: al lavoro, a scuola, nei ristoranti è ormai diventata normalità la misurazione della temperatura con i termometri senza contatto. Come funzionano?



### MAL DI TESTA DA FARMACI

QUANDO I TROPPI ANALGESICI SONO LA CAUSA STESSA DEL PROBLEMA

6

È una possibilità da valutare quando si hanno problemi di cefalea quasi quotidiani e si stanno assumendo analgesici da lungo tempo. Se ne esce, ma non è semplice!



### NATURALE È GARANZIA DI SICUREZZA?

NON SEMPRE È COSÌ

9

Spesso si sceglie di utilizzare i prodotti a base di sostanze naturali per la convinzione che siano di per sé garanzia di sicurezza. Tuttavia anche queste possono provocare eventi avversi, a volte anche gravi.



### CIBO SICURO

QUALI CONTROLLI?

12

Per garantire la sicurezza degli alimenti che giungono sulla nostra tavola è indispensabile che siano rispettate rigorose regole di produzione e manipolazione. Come vengono effettuati i controlli e da chi?

## LEGENDA



APPROFONDIMENTO  
RILEVANTE



ATTENZIONE  
PARTICOLARE



CONSULTA  
CON PC



CONSULTA  
CON SMARTPHONE



NUMERO  
INFORMATIVO

**Azienda Speciale Farmacie Comunali Riunite**

Via Doberdò, 9 - 42122 Reggio Emilia - Tel. 0522/5431 - Fax. 0522/550146 - e-mail: [sids@fcr.re.it](mailto:sids@fcr.re.it)

Le informazioni contenute in questa pubblicazione sono selezionate e validate da professionisti sanitari. Sono finalizzate a migliorare la conoscenza del lettore ma non devono sostituire il consiglio del proprio medico o del farmacista di fiducia.



# TERMOMETRI A INFRAROSSI

QUANTO SONO AFFIDABILI E COME VANNO UTILIZZATI?

**La necessità di proteggerci dal virus SARS-CoV-2 ha introdotto nella nostra vita nuovi comportamenti e precauzioni, spesso ripetuti anche più volte al giorno: ricordarci di indossare (o avere sempre a portata di mano) la mascherina, esibire il certificato verde, disinfettarci le mani con un gel alcolico e, da ultimo, fermarci davanti ad un operatore (o ad uno strumento elettronico) per misurare la temperatura corporea.**

Il responso di questo "occhio tecnologico" è inappellabile: se la temperatura supera i 37,5 °C l'accesso al locale ci viene precluso. Prima di allarmarci, temendo di aver contratto l'infezione da coronavirus, dobbiamo ricordarci che la temperatura soglia dei 37,5°C è solo un valore fissato convenzionalmente dalle Autorità Sanitarie per segnalare la possibile presenza di una infezione in atto. Questo valore può però essere diverso da paese a paese, non essendoci un consenso unanime su quale sia il confine tra temperatura normale e "febbre". In Francia, ad esempio, l'Alto Consiglio di Sanità Pubblica ha fissato questo valore a 38°C, mentre vi sono studi che definiscono "normale" una temperatura corporea compresa tra 36,1°C e 37,2°C. La temperatura corporea può inoltre variare a seconda dell'area del corpo in cui viene misurata. Tradizionalmente, con i termometri a contatto la temperatura viene misurata in bocca, nel cavo ascellare, nel retto o all'inguine, mentre con quelli a raggi infrarossi la temperatura si rileva a livello del timpano (la membrana che si trova all'interno dell'orecchio) o sulla fronte.

Di recente hanno avuto una grande

diffusione i termometri a raggi infrarossi che misurano la temperatura senza il contatto diretto con il corpo, utilizzati soprattutto come metodo di controllo in una situazione pandemica come quella





attuale.

I vantaggi di questi termometri sono numerosi e importanti. In primo luogo, viene ridotto il rischio di contaminazione dello strumento e di diffusione di virus e batteri; inoltre sono facili da usare, da pulire e disinfettare, forniscono una risposta rapida, consentono la lettura in forma digitale della temperatura rilevata e sono immediatamente pronti dopo l'uso per una successiva misura, rendendoli adatti all'impiego nei luoghi molto frequentati.

### COME FUNZIONANO?

Senza addentrarci in particolari tecnici, si può dire che il corpo umano, come ogni altro corpo o oggetto, emette radiazione elettromagnetica di energia proporzionale alla sua temperatura. Quando la tem-

peratura è sufficientemente elevata, questa radiazione può essere visibile, come ad esempio il filamento di una lampadina accesa. Quando la temperatura è bassa, invece, questa radiazione non è visibile e la si può "catturare" solo con un particolare sensore che ne permette la conversione in un segnale elettrico, misurato ed espresso con il corrispondente valore di temperatura. I termometri a raggi infrarossi sono di fatto dei piccoli gioielli di ingegneria.

### QUANTO SONO PRECISI?

Come per ogni strumento di misura, è importante conoscerne il grado di precisione. Se si confrontano i valori delle temperature misurate con termometri a infrarossi senza contatto con quelli ottenuti da termometri a contatto (orali, rettali o ascellari) le temperature sono più alte o più basse di appena  $0,2^{\circ}\text{C}$  per temperature comprese tra  $36^{\circ}\text{C}$  e  $39^{\circ}\text{C}$  e di  $0,3^{\circ}\text{C}$  per temperature al di fuori di questo intervallo. Pertanto, sono considerati sufficientemente precisi, a condizione che vengano rispettate alcune semplici regole, a partire, ovviamente, dalle istruzioni fornite dal produttore dello strumento.

### COME VANNO UTILIZZATI?

L'ambiente in cui si effettuano le misurazioni non deve essere soggetto a correnti d'aria, deve essere al riparo dai raggi diretti del sole e avere una temperatura compresa tra i  $16^{\circ}\text{C}$  e i  $40^{\circ}\text{C}$ .

Lo strumento deve essere tenuto lontano da fonti di calore e deve essere lasciato per 10-30 minuti nell'ambiente prima di iniziare le misurazioni, in modo da essere

portato in equilibrio termico.

Prima della misurazione è bene assicurarsi che la fronte della persona sia pulita, asciutta, senza trucco e sgombra da capelli. La presenza di un cappello o di una fascia frontale può aumentare artificialmente la temperatura misurata sulla fronte.

La temperatura va rilevata tenendo il termometro perpendicolare alla fronte del soggetto, che deve rimanere fermo durante il tempo della misurazione (pochi secondi). La distanza tra la zona di rilevamento del dispositivo e la fronte varia a seconda dei termometri (da 3 cm a 15 cm) ed è generalmente specificata nel manuale d'uso.

In alternativa, è possibile anche misurare la temperatura sulla parte interna del polso: la rilevazione in questa zona fornisce risultati più stabili rispetto alla fronte, in quanto generalmente meno influenzati dalle condizioni ambientali perché coperta dagli abiti. Inoltre, se effettuata da un operatore, la misurazione sul polso consente anche di mantenere un maggiore distanziamento dalla persona sottoposta al test.

Quando la temperatura esterna è molto bassa può capitare che venga segnalato errore, poiché il valore rilevato è al di sotto del limite minimo di misurazione dello strumento. In questi casi è bene far attendere qualche minuto la persona e ripetere la misurazione. La stessa precauzione va adottata in caso di valori superiori ai 37,5 °C, quando la temperatura esterna è molto alta oppure la persona è stata al sole.

Qualora venisse confermata una tempe-

ratura superiore a 37,5°C, è bene chiedere alla persona se presenta sintomi suggestivi di malattia e, in ogni caso, consigliarle un nuovo controllo con un termometro a contatto (elettronico o di tipo tradizionale) la cui precisione è maggiore. Infine, un limite evidente dello screening della temperatura con i termometri infrarossi senza contatto, soprattutto se non gestiti da un operatore, è la possibilità che vi siano dei "falsi negativi", vale a dire soggetti che presentano una temperatura inferiore a 37,5°C per avere assunto farmaci che abbassano la temperatura corporea come il paracetamolo o gli antinfiammatori.





# MAL DI TESTA DA FARMACI

QUANDO I TROPPI ANALGESICI SONO LA CAUSA STESSA DEL PROBLEMA

**Nel cercare di alleviare il mal di testa a volte si eccede con i farmaci analgesici. Questo può perpetuare e persino aggravare il dolore causando la cosiddetta "cefalea da abuso di farmaci", un problema spesso sottovalutato e di non facile soluzione una volta che si è manifestato.**

Mentre è più che naturale pensare che il mal di testa induca ad assumere analgesici per cercare di alleviare il dolore, non è così scontato pensare che siano proprio gli analgesici a causare il mal di testa stesso.

Il legame fra comparsa di cefalea e abuso di analgesici, sia da banco che da prescrizione, è un problema spesso non riconosciuto, nonostante le indagini condotte ci dicano che affligge circa l'1-2% della popolazione generale. Valutare l'incidenza del problema è difficile, anche perché lo sviluppo di una farmaco-dipendenza da analgesici e da farmaci antiemicranici è insidioso in quanto può instaurarsi lentamente e manifestarsi anche dopo anni.

Il meccanismo attraverso il quale l'uso cronico di dosi elevate di analgesici può trasformare una cefalea primaria in una cefalea da abuso non è noto. In genere le più esposte al rischio di sviluppare questo tipo di cefalea sono le donne fra i 35 e i 60 anni con una emicrania o una cefalea di tipo tensivo di vecchia data che le ha indotte ad iniziare ad assumere analgesici e antiemicranici. Questa osservazione confermerebbe l'ipotesi che siano altri tipi di mal di testa a trasformarsi in cefalea da abuso; questo effetto, infatti, non si manifesta in chi assume analgesici per dolori diversi, ad esempio quelli dovuti all'artrosi.

I sintomi che spesso accompagnano la cefalea da abuso comprendono nausea





associazioni di analgesici con caffeina, barbiturici o codeina. Vi sono prove, inoltre, che nel tempo subentri una forma di tolleranza, cosicché chi li assume necessita progressivamente di dosi sempre più elevate.

### **QUALI SONO LE CARATTERISTICHE DISTINTIVE?**

A differenza della crisi emicranica, in cui il dolore è pulsante e lancinante, nella cefalea da abuso di analgesici il dolore è diffuso, come un cerchio alla testa, variabile per tipo, gravità e localizzazione. Inoltre, la sua caratteristica distintiva è di essere quasi permanente: compare spesso la mattina presto, fra le 2 e le 5, con durata media di oltre 4 ore, per più di 15 giorni al mese. Anche il più piccolo sforzo, fisico o mentale, ne può causare l'aggravamento. Il dolore della crisi emicranica invece dura in genere da una a 48 ore, poi scompare spontaneamente, ripresentandosi a intervalli regolari, anche più volte al mese.

La cefalea da abuso di triptani tende a svilupparsi più rapidamente rispetto a quella indotta dagli analgesici tradizionali (addirittura dopo solo 6 mesi di utilizzo continuativo ogni 2-3 giorni) con caratteristiche simili all'emicrania o con un possibile aumento della frequenza degli attacchi emicranici.

La cefalea tensiva, infine, insorge di solito progressivamente, dura parecchie ore, a volte anche uno o due giorni e si ripresenta a intervalli più o meno regolari. A volte l'insorgenza diviene più frequente tanto da presentarsi più o meno costantemente. In questi casi la diagnosi

e altri disturbi gastrointestinali, debolezza, ansia, irritabilità, depressione, problemi di memoria e difficoltà di concentrazione.

### **QUALI SONO I FARMACI IMPLICATI?**

Tutti gli analgesici, anche non specifici come l'aspirina, il paracetamolo o la codeina, possono indurre l'instaurarsi di una forma di abitudine quando utilizzati in quantità eccessiva (più di 15-20 giorni al mese) da pazienti affetti da emicrania o cefalea tensiva. Gli stessi triptani, classici farmaci antiemicranici, sono oggetto di segnalazioni sempre più frequenti di cefalea da abuso in pazienti che ne assumono oltre 10-15 dosi al mese. Lo stesso dicasi per le



differenziale con la cefalea da abuso può essere difficile.

### **COSA SI PUÒ FARE?**

Poiché non si conosce il meccanismo attraverso il quale il problema si instaura, più che l'evidenza scientifica è l'esperienza a suggerire che questo tipo di cefalea può risolversi solo non assumendo più analgesici. Questo "divezzamento" comporta, per alcuni giorni dopo la sospensione, la possibile comparsa di sintomi spiacevoli, come un peggioramento del mal di testa, nausea, vomito, tachicardia, insonnia e ansia e, raramente, vertigini, allucinazioni e incubi.

Perseverando, tuttavia, i disturbi tenderanno progressivamente a scomparire nell'arco di due settimane circa. Si tratta di un percorso non facile, che va affrontato con l'aiuto del proprio medico.

I metodi per realizzare questo divezzamento da analgesici sono svariati: in alcuni casi il medico può decidere di procedere ad una riduzione progressiva del dosaggio nell'arco di un mese, in altri di ricorrere ad una ospedalizzazione di 8-15 giorni. Sono state proposte anche tecniche non farmacologiche, ma non esistono studi controllati che ne dimostrino l'efficacia.

Alla sospensione definitiva dei farmaci si osserverà un miglioramento spontaneo del mal di testa: circa nel 70% dei casi si ottiene una diminuzione rilevante della frequenza delle cefalee (almeno del 50%). I pazienti che ottengono questo risultato devono, tuttavia, prestare molta attenzione per ridurre il rischio che il problema si ripresenti.





# NATURALE È GARANZIA DI SICUREZZA?

NON SEMPRE È COSÌ

**Nonostante sia diffusa la convinzione che gli integratori naturali non possano “farmale” perché “a base di erbe”, in realtà questi prodotti contengono sostanze attive che potrebbero indurre la comparsa di effetti indesiderati, interagire con terapie farmacologiche o aggravare eventuali condizioni patologiche presenti.**

Negli ultimi anni il mercato dei prodotti naturali ha visto una crescita rilevante. Le motivazioni per le quali vengono utilizzati possono essere legate a vere e proprie esigenze mediche come alternativa ai farmaci tradizionali, ad esempio in caso di problematiche legate alla menopausa, all'artrosi, ai disturbi genito-urinari o gastrointestinali quali dispepsia, esofagite, stipsi. In altri casi, invece, vengono impiegati per rispondere ad esigenze meno specifiche di persone che vogliono prevenire certi disturbi o semplicemente “migliorare il proprio stato di salute” con prodotti che vantano proprietà disintossicanti o in grado di aumentare le difese immunitarie o di prevenire il mal di testa.

Proprio perché considerati innocui, questi prodotti vengono spesso assunti con disinvoltura, anche sulla base di informazioni reperite su siti non ufficiali, con il rischio di un uso improprio, o addirittura vengono acquistati online senza verificarne l'affidabilità della provenienza, con il rischio di incorrere in prodotti adulterati.

Nell'assumere un prodotto naturale, in realtà, un aspetto da non sottovalutare è la complessità della composizione. Per un prodotto vegetale, infatti, non si parla solo di principio attivo, ma di *fitocomplesso*, ovvero un insieme di componenti che hanno

una determinata attività biologica, associati ad altre sostanze (che possono essere inattive o possedere attività di natura diversa), che globalmente conferiscono alla pianta le specifiche proprietà per cui viene utilizzata. La composizione del fitocomplesso può variare anche in base ad altri fattori come la parte della pianta che viene utilizzata, la tecnica estrattiva o il tempo di raccolta.




Proprio a causa della presenza di un pool di attivi e della variabilità della composizione, non è così facile individuare la sostanza attiva responsabile di eventuali effetti indesiderati o escludere la possibilità di interazioni.

Per questo i prodotti naturali sono sorvegliati esattamente come i farmaci: effetti indesiderati e interazioni possono essere segnalati su una piattaforma dedicata (vedi box). Queste segnalazioni hanno contribuito, e contribuiscono, ad aumen-

**VigiErbe** è un portale attraverso il quale medici, operatori sanitari, cittadini o aziende produttrici possono segnalare reazioni avverse sospette ad integratori alimentari, prodotti erboristici, preparazioni allestite in farmacia e medicinali omeopatici che non rientrano nel sistema tradizionale di Farmacovigilanza.

La segnalazione viene inviata all'Istituto Superiore di Sanità e valutata da un Comitato Scientifico composto da esperti di farmacologia, fitoterapia, botanica, tossicologia ed omeopatia. Segnalare è importante perché contribuisce a migliorare la conoscenza del profilo di rischio di questi prodotti.

 Per segnalare una reazione avversa a prodotti naturali inquadra il QR code



tare la sicurezza dei prodotti in commercio, come dimostrano gli esempi che qui riportiamo.

### CURCUMA E GARCINIA CAMBOGIA

Durante il 2019 la curcuma, spezia dal colore giallo-ocra utilizzata come alimento, integratore o come prodotto cosmetico o erboristico, è stata oggetto di un provvedimento di sospensione dal commercio in seguito ad alcune segnalazioni di epatite acuta giunte all'Istituto Superiore di Sanità. A scopo cautelativo, le Autorità hanno invitato i consumatori ad interrompere l'assunzione, avviando nel contempo una serie di indagini per identificare la possibile causa di danni al fegato. La revisione che ha preso in esame i dati della letteratura scientifica e ha raccolto informazioni anche da altri paesi con segnalazioni simili, ha concluso che questo effetto indesiderato è da ricondurre a particolari condizioni di alterazione della funzionalità epato-biliare o di suscettibilità individuali delle persone in cui si è manifestato o alla concomitante assunzione di farmaci.

La sospensione è stata pertanto revocata, ma sono state limitate in etichetta le indicazioni d'uso ed è stata aggiunta una specifica avvertenza per le persone con disturbi al fegato, che devono sempre comunicare al proprio medico l'utilizzo di prodotti a base di curcuma, soprattutto se stanno assumendo farmaci.

Un caso simile ha interessato nel corso del 2021 la *Garcinia Cambogia*, estratto vegetale tipicamente presente in integratori promossi come dimagranti. A causa della segnalazione di alcuni casi di epatotossicità verificatisi nel corso degli anni, le Au-

torità Sanitarie hanno ritenuto necessario disporre la sospensione in via cautelativa della commercializzazione degli integratori contenenti questo estratto. Anche in questo caso, la revisione del Ministero della Salute ha consentito di concludere che i casi di epatotossicità siano probabilmente da ricondurre a reazioni di natura idiosincrasica, ovvero di reattività individuali. La revoca è stata quindi sospesa e, come per gli integratori a base di curcuma, sono state limitate le indicazioni d'uso e inserite specifiche avvertenze in etichetta che evidenziano la possibile insorgenza di effetti indesiderati, in particolare a carico del fegato o del sistema nervoso centrale, con indicazione, in caso si manifestassero sintomi, di sospendere l'assunzione e contattare il medico curante.

### **ALOE E DERIVATI**

Gli integratori a base di succo di aloe, nonostante siano indicati per la stipsi occasionale, vengono spesso utilizzati impropriamente per lunghi periodi. Una revisione dell'Autorità Europea per la Sicurezza Alimentare (EFSA) ha dimostrato, però, che l'uso prolungato potrebbe causare effetti indesiderati anche gravi come rallentamento della motilità intestinale (con conseguente dipendenza da lassativi) e squilibri elettrolitici. Per questo, in base ad un nuovo regolamento europeo, nel mese di aprile è stata stabilita la sospensione dal commercio di molti integratori a base di aloe, mentre per altri è stata disposta una sorveglianza speciale.





# CIBO SICURO

## QUALI CONTROLLI?

 **A cura di: Milva Spadoni e Jenni Bigliardi**  
(Tecnici della Prevenzione, Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione - AUSL di Reggio Emilia)

**La sicurezza degli alimenti è fondamentale per il nostro benessere: i controlli sono demandati a numerosi organismi che devono verificare che tutti i cibi che acquistiamo o ci apprestiamo a consumare siano idonei dal punto di vista igienico-sanitario. Anche noi, però, possiamo fare la nostra parte.**

Per garantire la sicurezza degli alimenti, a partire dalle materie prime fino al prodotto finito che giunge sulla nostra tavola, è indispensabile che siano adottate e rispettate pratiche di produzione e manipolazione adeguate, che nel loro insieme costituiscono una serie di misure di prevenzione e di controllo dei rischi. Se queste misure non vengono applicate correttamente, gli alimenti potrebbero risultare contaminati da diversi agenti di natura fisica, chimica e microbiologica, con effetti che possono manifestarsi dopo breve tempo, come nel caso delle tossinfezioni

acute, ma anche a distanza di molti anni, causando malattie croniche anche gravi, persino letali.

La nuova normativa europea assegna la responsabilità per l'igiene dei prodotti alimentari direttamente ai produttori, trasformatori e commercianti di alimenti, definiti Operatori del Settore Alimentare (OSA) che, attraverso un sistema di autocontrollo, devono garantire la sicurezza dei propri prodotti in tutte le fasi della lavorazione, assicurare la tracciabilità e rintracciabilità; hanno anche l'obbligo di provvedere al blocco, ritiro o richiamo dei prodotti potenzial-



mente pericolosi per la salute. Affinché tali obblighi vengano rispettati, in tutte le fasi di produzione, trasformazione, distribuzione e somministrazione, vengono effettuati controlli ufficiali da parte di numerosi enti.

### QUALI SONO GLI ENTI PREPOSTI AI CONTROLLI?

Gli organi incaricati di effettuare controlli sugli alimenti sono molto numerosi, in quanto includono non solo gli organi afferenti al Ministero della Salute, come le Aziende Sanitarie Locali con i loro Servizi di Igiene degli alimenti (SIAN) e i Servizi Veterinari, l'Istituto superiore di Sanità, gli Istituti zooprofilattici, i reparti specializzati dei Carabinieri (Nucleo anti sofisticazioni-NAS e nucleo anti frodi-NAC), ma anche gli organi che afferiscono al Ministero per le Politiche Agricole, Alimentari, Forestali (come l'Ispettorato centrale repressione frodi, il Corpo forestale dello Stato, ecc.), gli organi afferenti al Ministero dell'Ambiente (ARPA, per l'esecuzione delle analisi sui campioni prelevati), il Ministero dell'Economia e delle Finanze (con l'Agenzia delle Dogane e dei monopoli, la Guardia di Finanza) e infine l'Autorità garante della concorrenza, che interviene sulle violazioni del Codice del Consumo e sulle pratiche sleali d'informazione al consumatore, senza dimenticare gli organi di Polizia Locale dei Comuni.

### COSA SI CONTROLLA?

Il controllo ufficiale degli alimenti e delle bevande ha la finalità di verificare l'adeguatezza dei prodotti alle disposizioni normative vigenti, emanate per prevenire i rischi per la salute pubblica, tutelare i consumatori ed



assicurare la lealtà delle transizioni commerciali. Il controllo riguarda sia i prodotti di origine italiana che non, destinati ad essere commercializzati sul territorio nazionale oppure ad essere spediti in un altro Stato dell'Unione Europea o extra UE.

Vengono controllati innanzitutto gli ingredienti (le materie prime, i coadiuvanti e ogni altro prodotto utilizzato nella produzione e preparazione per il consumo), i semilavorati e i prodotti finiti; inoltre, le condizioni igieniche e le modalità di impiego di impianti, attrezzature, utensili e tutti materiali e gli oggetti destinati a venire a contatto con gli alimenti.

Vengono ispezionati anche i locali e le strutture, verificando i procedimenti di disinfezione, pulizia e manutenzione e i vari processi tecnologici di produzione e trasformazione dei prodotti alimentari. Infine, vengono con-



trollate etichettatura e presentazione dei prodotti e modalità di conservazione.

I controlli ufficiali, svolti a livello locale da parte delle Aziende Sanitarie Locali, sono eseguiti in qualsiasi fase di produzione, trasformazione, distribuzione, magazzinaggio, trasporto, commercio e somministrazione, secondo la categorizzazione del rischio delle varie Regioni.

### **COME SI EFFETTUANO I CONTROLLI UFFICIALI?**

Spetta alle Aziende alimentari stabilire un piano di autocontrollo dove definire anche quali e quanti campioni analizzare, a seconda della loro realtà, al fine di consentire la verifica dell'adeguatezza delle procedure attivate per la sicurezza dei prodotti immessi in commercio. Il campionamento prevede anche l'esecuzione di tamponi sulle superfici dei piani di lavoro e delle attrezza-

ture che vengono a contatto con gli alimenti, al fine di verificare le condizioni igieniche dell'ambiente di lavoro.

I piani di autocontrollo, con le relative registrazioni e i risultati analitici effettuati, devono essere messi a disposizione degli addetti al controllo ufficiale e costituiscono parte integrante delle valutazioni di conformità insieme allo stato igienico di locali, attrezzature, personale ed alimenti.

Anche il controllo ufficiale prevede il campionamento di alimenti secondo piani locali, regionali, nazionali ed europei sia all'interno degli stabilimenti di produzione sia nelle attività commerciali per la vendita.

Ogni qualvolta nel controllo ufficiale si riscontri una irregolarità che può rappresentare un rischio, diretto o indiretto, per la salute umana, animale e per la salubrità dell'ambiente vengono adottati provvedimenti prescrittivi e/o sanzionatori.

Per un alimento o un mangime non conforme alla normativa vigente già immesso sul mercato, al fine di tutelare maggiormente i consumatori, si ricorre al sistema rapido di allerta, procedura codificata nella Comunità Europea che permette di bloccarne la commercializzazione, diffondendo nel contempo l'informazione ai consumatori stessi attraverso vari canali.

### LA SICUREZZA DEGLI ALIMENTI DIPENDE ANCHE DA TE! COSA PUOI FARE?

È importante che tutti contribuiscano attivamente alla sicurezza degli alimenti. Lo si può fare sia quando si fa la spesa che durante la preparazione dei cibi, ad esempio:

- verificando l'integrità delle confezioni ed accertandosi che non sussistano alterazioni di odore e sapore;
- per gli alimenti inscatolati, scegliendo solo contenitori non danneggiati, verificandone lo stato dopo averle svuotate;
- controllando l'etichetta con la data di scadenza, la composizione, la presenza



- di allergeni e le indicazioni sulla corretta conservazione del prodotto;
- rispettando la temperatura di conservazione degli alimenti e garantendo la catena del freddo dal momento dell'acquisto fino al consumo;
- segnalando la presenza di prodotti irregolari o di comportamenti scorretti da parte degli operatori del settore alimentare.

In caso dai controlli vengano evidenziate delle non conformità sui prodotti immessi sul mercato, l'operatore alimentare ha l'obbligo di informare i consumatori.

Gli strumenti per rimediare ed agire tempestivamente in questi casi sono due: il richiamo e il ritiro. Molte volte si fa confusione fra i due termini; la distinzione è la seguente:

1) **Ritiro**: si tratta di tutte quelle misure di sicurezza intraprese per impedire che il prodotto venga distribuito ed arrivi al consumatore finale. L'OSA provvede tempestivamente a bloccare il prodotto e ad organizzare un piano di rientro.

2) **Richiamo**: si tratta di tutte le misure di sicurezza intraprese dopo che il prodotto è già stato reso disponibile nella catena di distribuzione ed è potenzialmente acquistabile dal consumatore finale o è già stato acquistato. In questi casi, quindi, è necessaria una procedura di richiamo finalizzata al recupero dei lotti esposti e/o venduti. È un'azione più importante e complessa che necessita di una comunicazione ampia ed ufficiale perché deve evitare le conseguenze derivanti dal consumo di un prodotto già messo a disposizione.

NOVITA' DA **FCR**

# NUOVA Farmacia FCR Via Fratelli Cervi

**Nuova** inaugurazione a Reggio Emilia, nel quartiere Carrozzone: **100 mq** di spazi commerciali in cui trovare tutti i prodotti per il tuo **Benessere** ed accedere a **servizi FCR**. Una Farmacia comunale moderna, con **comode rampe d'accesso**, un **ambulatorio**, ampi **parcheggi** e un nuovo **FCR Locker** dedicato

**INDIRIZZO**

via Fratelli Cervi 7/A, ang. Via G. Galilei

**ORARI**

lunedì/sabato, H 8:00- 20:00

**TELEFONO**

0522 303542

**EMAIL**

farm.viafratelllicervi@fcr.re.it

**VIENI A TROVARCI  
TI ASPETTIAMO!**



**APPROFONDISCI ONLINE**

[www.fcr.re.it/ReteFarmacie](http://www.fcr.re.it/ReteFarmacie)



**IN QUESTA FARMACIA**



Servizi  
**CHECK-UP**

Misurazione pressione  
Autoanalisi del sangue  
Elettrocardiogramma  
Holter pressorio  
Holter cardiaco



Servizi  
**CONSULENZA**

Nutrizionista  
Podologo

**PREZZO COPERTINA € 0,35**