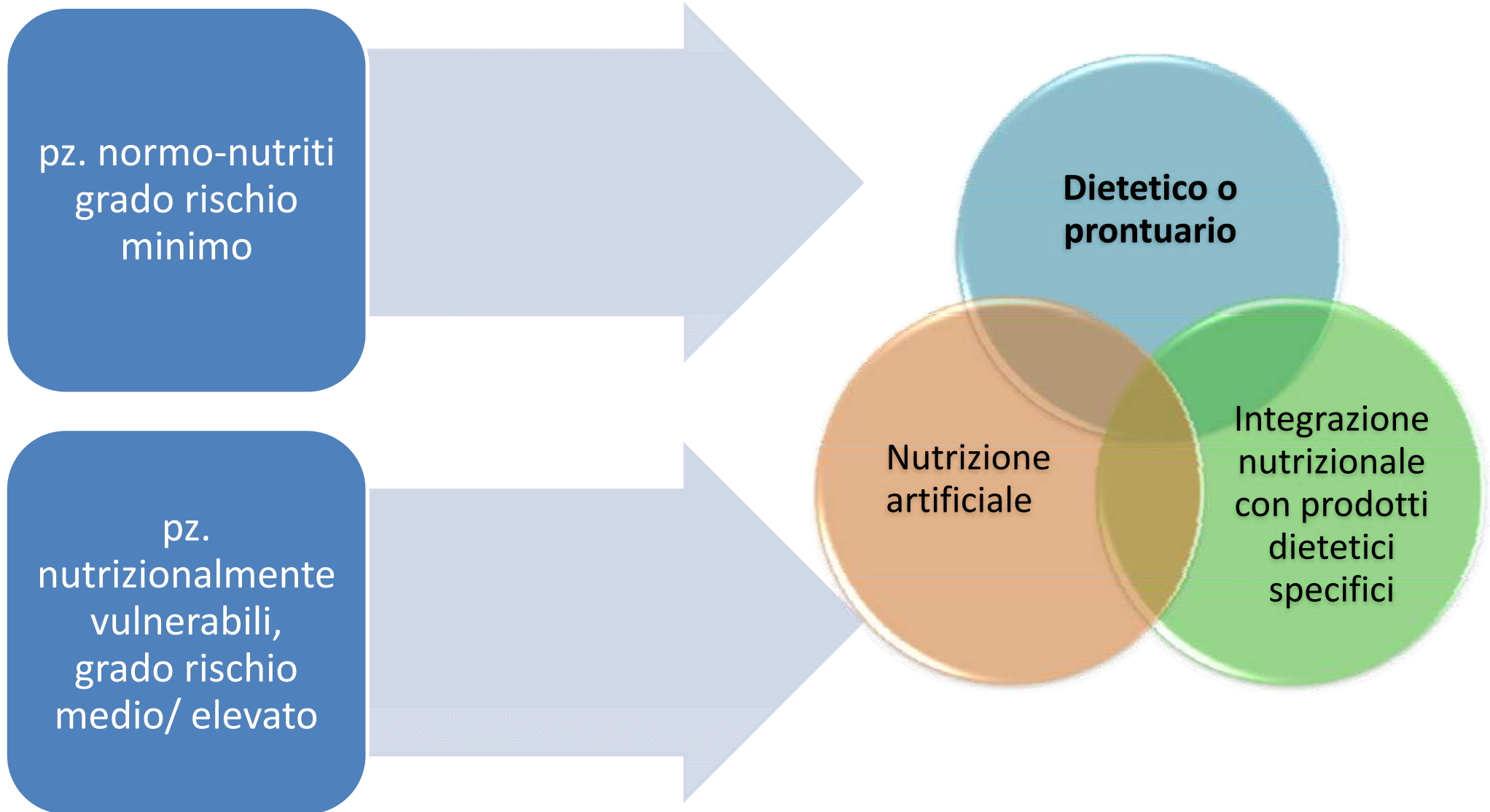


# impostare e gestire intervento nutrizionale



STANDARD DI RIFERIMENTO

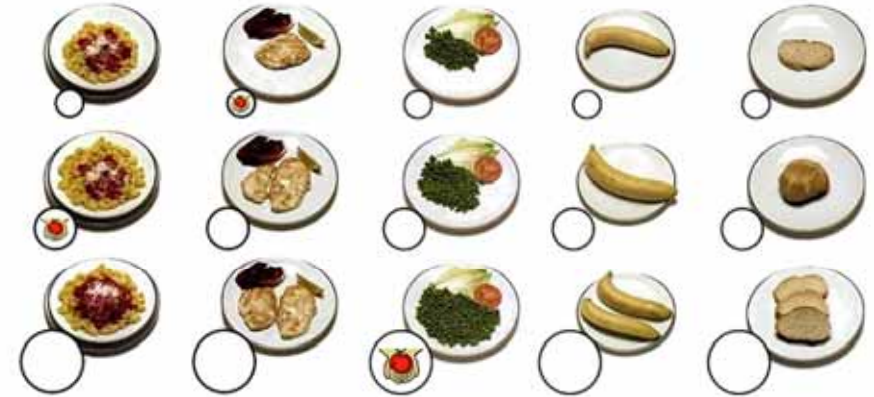


MIGLIORE GESTIONE DELLA NUTRIZIONE

# Prontuario Dietetico

Prontuario dietetico (o dietetico):

raccolta diete standardizzate a composizione bromatologica nota



opportunità per singole strutture di avere serie di "diete" di riferimento per le problematiche più frequenti in una comunità di anziani

eguali possibilità nella libertà di poter scegliere o meno ricette possibili

realizzare "economie di scala" sia in senso culturale che economico

**Principi dietetico – nutrizionali**

**Principali unità di misura (porzioni)**

**Tipi di cottura preferiti (ed esclusi)**

**N° dei pasti previsti nel giorno**

**Tipi di diete previsti**





**Scodella:**  
pasta cruda: 70 g  
pasta cotta: 150 g



**Mestolo:**  
Riso: 70 g  
Pasta: 30 g



**Cucchiaio:**  
Pastina 20 g  
Riso 25 g  
Olio 10 g



**Cucchiaino:**  
Zucchero 5 g  
Riso 8 g  
Cacao 4 g



**Tazzina: 40 cc**



**Bicchiere vino:  
150 cc**



**Bicchiere acqua:  
250 cc**



**Tazza latte media:  
300 cc**

# Prontuario dietetico



Apporti calorici (kcal)	Indicazioni	ANNOTAZIONI e possibili variazioni
1500	Per ospiti che hanno necessità d'apporti energetici contenuti	Non sono previsti zuccheri semplici (saccarosio e dolci), pertanto può essere utilizzata da ospiti con <u>diabete mellito compensato</u> , <u>ipercolesterolemia</u> , <u>obesità</u> . Se non viene aggiunto sale durante la preparazione delle pietanze, può essere utilizzabile anche da <u>ipertesi e cardiopatici</u> . Non si è considerato l'uso di vino e/o alcolici.
1800	Per Ospiti di sesso Femminile in buono stato di salute	Se non vengono aggiunti zuccheri semplici (saccarosio e dolci), vino e sale, durante la preparazione delle pietanze, può essere utilizzabile anche da ospiti con <u>diabete mellito compensato</u> , <u>ipercolesterolemia</u> , <u>ipertensione arteriosa</u> e <u>cardiopatie</u> .
2000	Per Ospiti di sesso Maschile in buono stato di salute	Se non vengono aggiunti zuccheri semplici (saccarosio e dolci), vino e sale, durante la preparazione delle pietanze, può essere utilizzabile anche da ospiti con <u>diabete mellito compensato</u> , <u>ipercolesterolemia</u> , <u>ipertensione arteriosa</u> e <u>cardiopatie</u> .
2500	Per Ospiti che necessitano di apporti calorici superiori oppure per ospiti che praticano attività fisica e sono normopeso.	Se non vengono aggiunti zuccheri semplici (saccarosio e dolci), vino e sale, durante la preparazione delle pietanze, può essere utilizzabile anche da ospiti con <u>diabete mellito compensato</u> , <u>ipercolesterolemia</u> , <u>ipertensione arteriosa</u> e <u>cardiopatie</u> .
I vari apporti calorici possono essere adattati per Ospiti con <u>disfagia</u> (esempio di proposta di dieta da 1700 kcal)		Per gli ospiti con <u>disfagia lieve</u> , si potrà prevedere di frullare finemente od omogeneizzare gli alimenti ed una eventuale integrazione proteica e/o aggiunta di calorie secondo necessità.
Per Ospiti non autosufficienti con iniziali difficoltà alla deglutizione ( <u>disfagia lieve</u> ) vengono utilizzati alimenti che per la loro semplice consistenza possono essere facilmente consumati		

# Dietetico Ospedaliero

**Vitto comune:** insieme di menu fruibili in tutte le situazioni che non richiedono un trattamento particolare.

ricette standardizzate a composizione bromatologica definita e ripetibile

.....

**Diete standard:** schemi dietoterapici adatti a specifiche patologie con caratteristiche bromatologiche codificate.

- Ipocalorica
- Ipercalorica
- Priva di glutine
- Ipoproteica
- Ridotto apporto fibre e/o lattosio
- Disfagia
- Di rialimentazione

**Diete ad personam:** schemi dietoterapici ricettati individualmente, per soggetti con problematiche dietologiche complesse

DOCUMENTO SCRITTO,  
PREDISPOSTO DALLE  
STRUTTURE, È RIPORTATA  
NEL DETTAGLIO  
COMPOSIZIONE DI OGNI  
PASTO OFFERTO ALL'OSPITE



PIANIFICAZIONE COINVOLGE  
DIVERSI ASPETTI GESTIONE  
STRUTTURA, IN PARTICOLARE  
SERVIZIO RISTORAZIONE

elaborazione pratica indica pietanze  
che vengono portate in tavola  
(quindicinale, tri - settimanale,  
estivo, invernale)



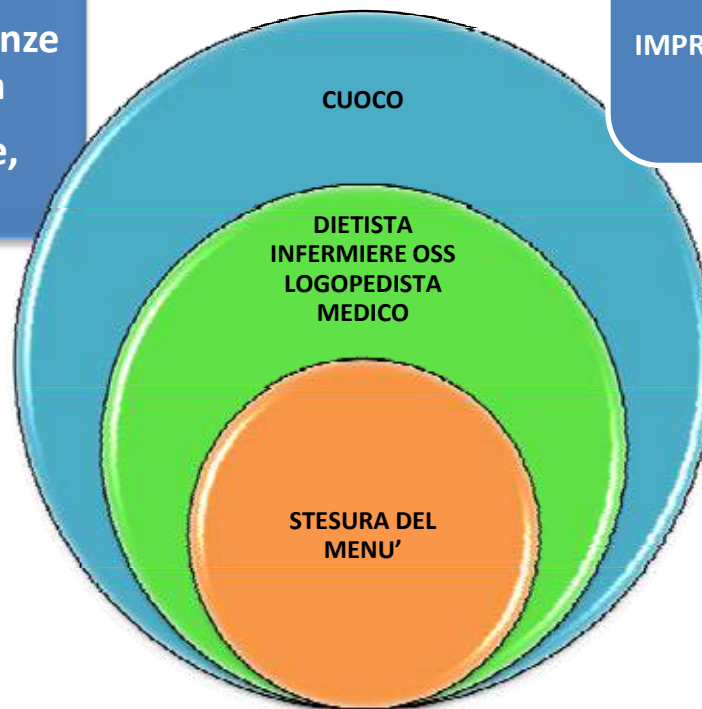
# menù

DOCUMENTO  
SCRITTO,  
DETTAGLIO  
COMPOSIZIONE  
PASTO

PIANIFICAZIONE  
SERVIZIO

RIDUZIONE RISCHI  
LEGATI A  
IMPROVVISAZIONE

GARANZIA  
IGIENICA  
NUTRIZIONALE





CRITERI  
ELABORAZIONE MENU



## GNOCCHI DI SEMOLINO



Difficoltà:

Metodo di cottura: Lessatura/Bollitura/Cottura in forno

Stagionalità: Tutto l'anno

INGREDIENTI PER UNA PERSONA	GRAMMATURE
SEMOLA	50
BRODO VEGETALE	13
CIPOLLE, CRUDE	10
CAROTE, CRUDE	10
UOVO DI GALLINA, TUORLO	10
PARMIGIANO	5
ASIAGO	15
BURRO	5
PANGRATTATO	10

Versare in acqua bollente e leggermente salata le verdure. A cottura quasi ultimata passare al passaverdura e rimettere sul fuoco. Quando inizia a bollire versare a pioggia il semolino, mescolare con cura e far cuocere per una decina di minuti. Far intiepidire il semolino ed aggiungere il tuorlo d'uovo ed il parmigiano; mescolare vigorosamente. Stendere con una spatola la polentina su una placca creando uno spessore di circa un centimetro e tagliare dei dischi con uno stampo. Foderare con carta da forno con fiocchetti di burro una teglia e fare degli strati con semolino, parmigiano, cubetti di asiago e pane grattugiato. Gratinare in forno per circa un quarto d'ora.

Kcal	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI
368,6	14,9	14,5	47,7

Quante calorie/die e quante/ogni pasto?

N°pasti e suddivisione calorica

Idratazione

Presenza vari gruppi alimentari all'interno dei pasti

Liberalizzare dieta il più possibile

Menu comprensibile degenti, parenti e personale dipendente

Cibi salutari e di prima qualità

Addestrare personale

porzionamento cibi più facile controllo intake calorico

assistenza al pasto

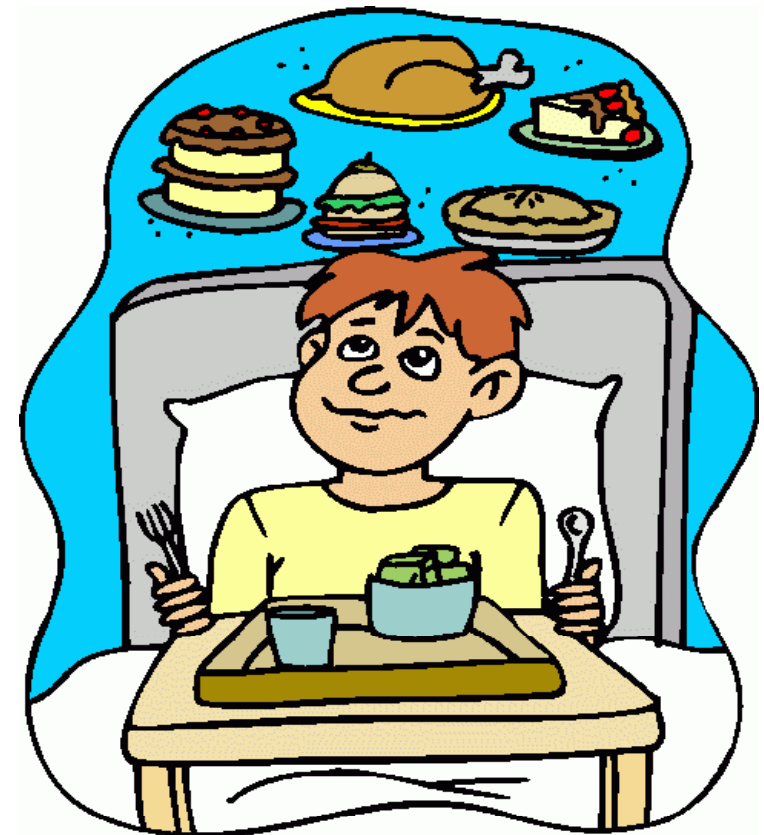
Igiene alimenti (HACCP) è un prerequisito

Importanza ambiente della ristorazione



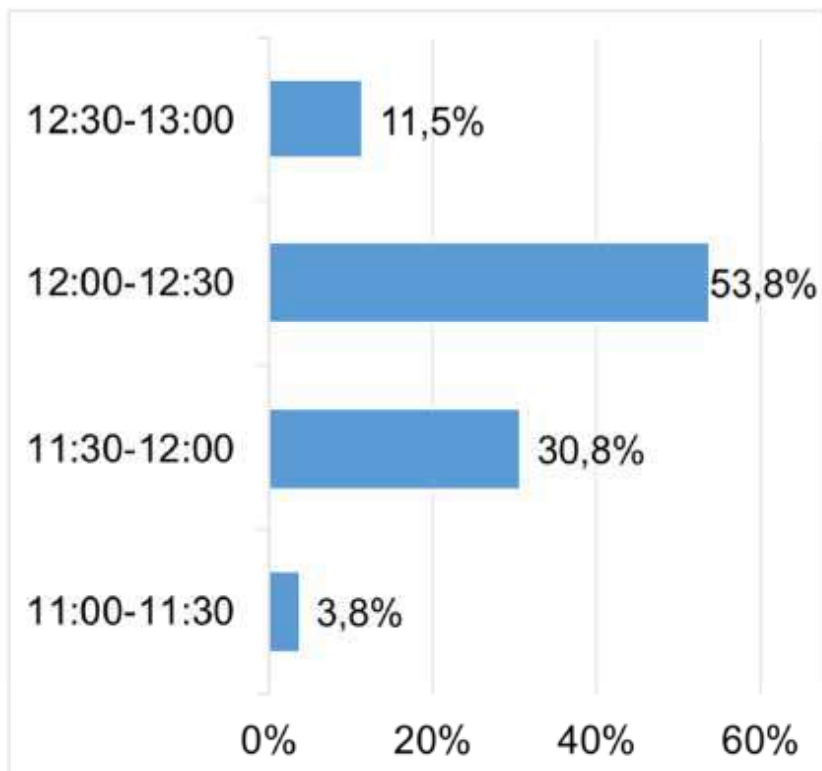
# Il modello alberghiero

- Orari
- Modalità
- Rispetto dei menù

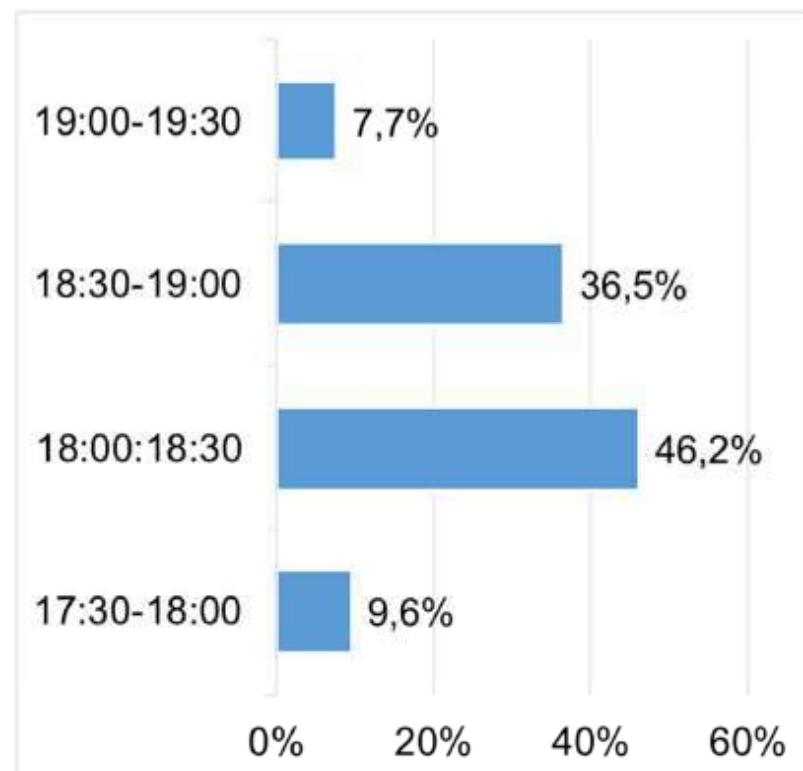


# FASCE ORARIE PRANZO Vs. CENA

## Pranzo



## Cena






## RSA

- Degenze lunghe (anni)
- Luogo di residenza
- Patologia cronica
- Ridotto turnover personale
- Elevato “controllo sociale”
- ristorazione motivo di scelta
- clinica può orientare scelte alimentari
- Prevedibili i consumi giornalieri





## AGGIORNAMENTO DEL SIST. DI RISTOR.CON IL COOK AND CHILL

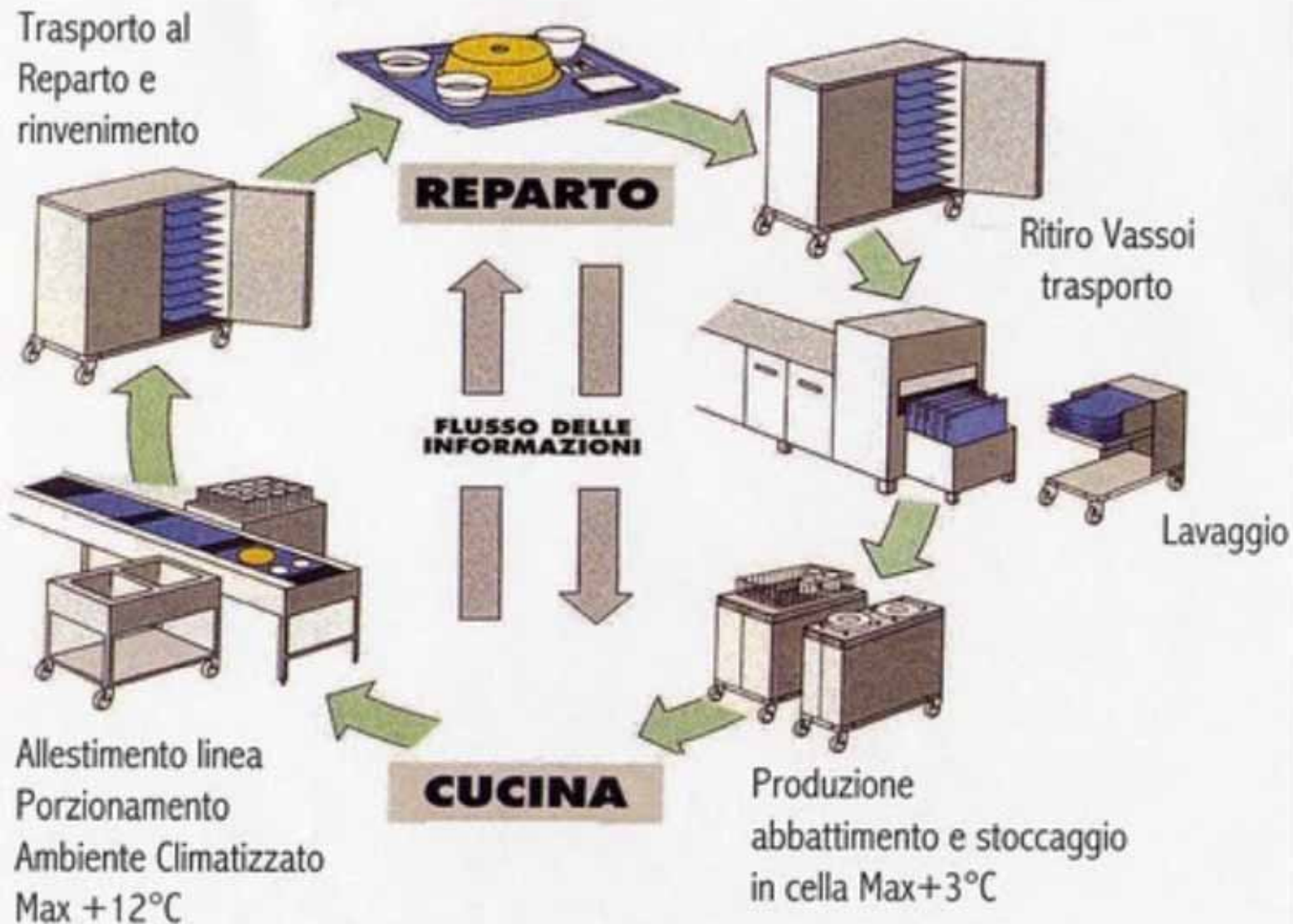
SCHEMA DELLE TIPOLOGIE DI GESTIONE E DI SERVIZIO DELLA RISTORAZIONE				
TIPOLOGIA	CARATTERISTICHE	VANTAGGI	SVANTAGGI	NOTE
<p><b>PREPARAZIONE con legume fresco-caldo</b></p> 	<p>La cottura e la distribuzione avvengono nello stesso giorno e a breve distanza di tempo</p>	<p>Accettazione psicologica da parte dell'utente Dal punto di vista igienico - nutrizionale non si presentano problemi se la temperatura di lavorazione, cottura e trasporto viene mantenuta sempre idonea Buon mantenimento delle caratteristiche organolettiche del cibo se tutte le fasi vengono eseguite in maniera corretta</p>	<p>Produzione vincolata spazialmente e temporalmente al consumo Produzione due volte al giorno per tutti i giorni dell'anno</p>	<p>È il più frequente</p>
<p><b>PREPARAZIONE legume refrigerato-caldo</b> (cook and chill) <b>Surgelato – caldo</b> (cook and freeze)</p>	<p>La distribuzione viene differita rispetto alla preparazione/cottura, nel rispetto della catena del freddo. Cook chill: preparazione-cottura-abbattimento-stoccaggio trasporto-rigenerazione-distribuzione</p>	<p>Garantisce la sicurezza igienico sanitaria degli alimenti preparati ed abbattuti. Permette un'elevata personalizzazione</p>	<p>Necessita di utilizzare materie prime di ottima qualità per ottenere pietanze di buon livello nutrizionale ed organolettico, soprattutto se ci si riferisce al Modello Alimentare Mediterraneo.</p>	<p><b>Alcune ditte specializzate in tale tipologia di legume lo stanno proponendo nell'ambito della ristorazione ospedaliera. Permette una conservazione che va da alcuni giorni (4-5) ad alcune settimane (2-3, se conservato sottovuoto/atmosfera modificata)</b></p>
<p><b>TIPOLOGIA di distribuzione MONOPORZIONE</b></p>	<p>Mediante "piatti" singoli e sigillati in vassoio personalizzato con separazione caldo / freddo</p>	<p>Corretto conteggio dei pasti</p>	<p>Porzionatura standardizzata, ridotta accettabilità e qualità organolettica;</p>	
<p><b>TIPOLOGIA di distribuzione MULTIPORZIONE</b></p>	<p>Mediante contenitori in acciaio "gastronom" contenenti più porzioni</p>	<p>Buona qualità se correttamente conservati a temperatura idonea. Più gradita da parte dell'utenza. Possibilità di tarare la porzionatura in base ai fabbisogni nutrizionali delle varie fasce di età.</p>	<p>Possibili eccedenze o deficienze per difficoltà di porzionatura</p>	<p>Viene maggiormente gradita dall'utenza</p>

# Sicurezza igienica e nutrizionale

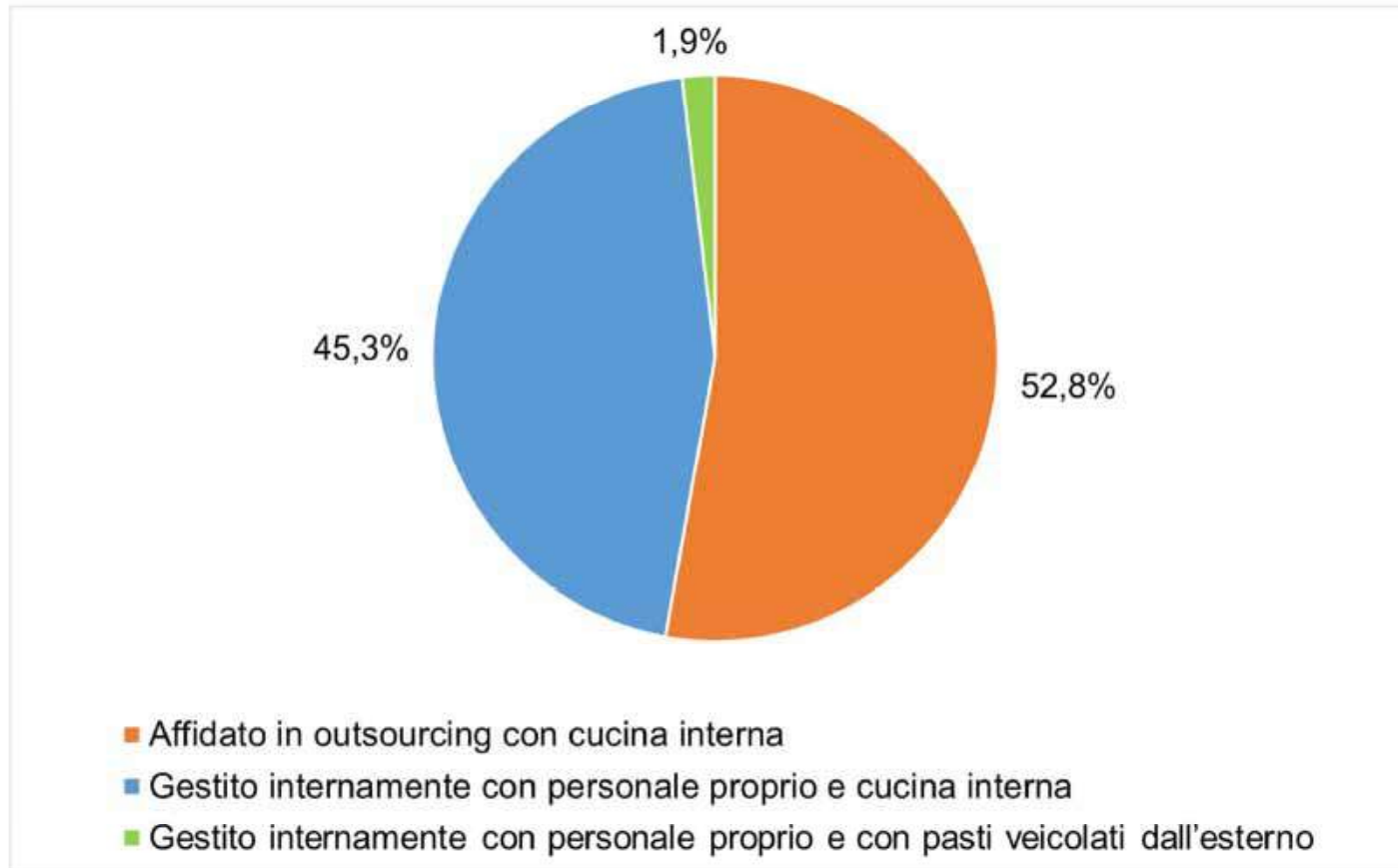
## Shelf life cook and chill

	Linee indirizzo nazionale ristorazione ospedaliera e assistenziale	linee guida irlandesi (Guidance note Cook-Chill Systems in The Food Service Sector - Revision 1- Food Safety Authority Of Ireland 2006)	linee guida ristorazione ospedaliera Regione Lombardia (Decreto N. 5250 del 26/5/20099):	documento proposta LG ristorazione ospedaliera Regione Veneto
<b>Shelf life</b>	<b>5 gg</b> <i>preparato in maniera convenzionale, raffreddamento rapido, con abbattitore, fino a 10°C al cuore prodotto, entro 90 minuti circa. Dopo eventuale porzionamento (in locali a temp. Modificata 12°C e con chiusura in carrelli neutri) stoccato e conservato sopra pto congelamento tra 0 e 3°C</i>	<b>2 - 5 gg</b>	<b>3 gg</b>	<b>4-5 gg</b>
<b>Shelf life prolungata</b>	No riferimento utilizzo processi tecnologici integrativi ed aggiuntivi in produzione e confezionamento es.: cottura sottovuoto e/o confezionamento in atmosfera protettiva che possono prolungare la <i>shelf - life</i> del prodotto.	<b>Eccezione per specifiche condizioni conservazione definite dall'OSA con possibilità di dimostrazione</b>	<b>14-21 gg</b> <i>l'uso di miscele di gas (N2, CO2 e O2) consentono di prolungarne la vita commerciale a</i>	<b>2-3 settimane</b> <i>se conservato sottovuoto/ atmosfera modificata</i>

# Preparare in legame Fresco-Freddo



## GESTIONE E ORGANIZZAZIONE DEL SERVIZIO



# Reg. CE 1169/11 ...

## Allergeni

Formazione

Controlli ufficiali

– sicurezza nutrizionale





# *Gestione allergeni*

- Sostanze che possono scatenare reazioni avverse anche gravi in alcune persone (es. asma, orticaria, shock anafilattico, morte)
- Dose indipendente (anche piccolissime quantità possono provocare la reazione)

Allergeni più comuni (Reg. CE 1169/11):

- arachidi
- frutta a guscio (noci, mandorle, pistacchi, nocciole, ecc)
- uova
- latte e latticini
- cereali contenenti glutine (frumento, orzo, segale, farro, kamut)
- sesamo
- soia
- pesce e molluschi
- senape
- anidride solforosa
- crostacei
- lupini



# DIETE SPECIALI



ZONE DEDICATE



# *Sicurezza Alimentare*

## *Le Responsabilità*

**Reg. CE 852/04** (art. 1, comma 1, punto a):

*“La responsabilità principale per la sicurezza degli alimenti incombe all’operatore del settore alimentare. (O.S.A.)”*



# HACCP

## *Hazard Analysis and Critical Control Points*



### HAZARD ANALYSIS CRITICAL CONTROL POINTS

1. Identificare ogni pericolo da prevenire, eliminare o ridurre
2. Identificare punti critici di controllo (CCPs)
3. Stabilire per i CCPs, i limiti critici che differenziano l'accettabilità dall'inaccettabilità
4. Stabilire e applicare procedure di sorveglianza efficaci nei CCPs (monitoraggio)
5. Stabilire azioni correttive in caso di superamento dei limiti critici stabiliti
6. Stabilire le procedure da applicare regolarmente per verificare l'effettivo funzionamento delle misure adottate
7. Predisporre documenti e registrazioni adeguati a natura e dimensioni dell'impresa alimentare

# *Nelle piccole realtà*



Le procedure di autocontrollo possono essere semplificate nell'applicazione di prerequisiti e

## ***BUONE PRATICHE DI IGIENE***

Semplificare non vuol dire banalizzare, ma individuare prassi e modalità di gestione del pericolo compatibili con l'attività quotidiana



# *Attività di inizio giornata*

Prima di iniziare a lavorare...

Verificare idoneità:

- ambienti di lavoro
- attrezzature
- personale



Scopo controlli preoperativi:  
garantire lavorazioni nelle migliori condizioni  
igienico-sanitarie



## *Possibili problemi*

Superfici di lavoro: vanno adeguatamente pulite e sanificate al termine della giornata precedente





## *Possibili problemi*

Controllare sia superfici a contatto con alimenti, sia i punti non a contatto.

- utensili: puliti e integri, senza parti rotte
- ambienti di lavoro:  
periodicamente (es. ogni mese) controllo struttura e annotazione eventuali problemi (es. finestre e piastrelle rotte, muri o pareti scrostate, ecc.), per programmare gli interventi necessari







# Possibili problemi

Verifica presenza/passaggio animali infestanti (roditori, blatte, ecc.)



monitoraggio



disinfestazione



SERVIZIO MONITORAGGIO INFESTANTI	
<b>RODITORI</b> PONTAZIONE N°	<b>INSETTI</b> PONTAZIONE N°
<input checked="" type="checkbox"/> TRAPPOLA MULTICATCHERA	<input type="checkbox"/> TRAPPOLA PER TIGOLFI
<input type="checkbox"/> TRAPPOLA COLLANTE	<input type="checkbox"/> TRAPPOLA PER TRICOLI
<input checked="" type="checkbox"/> DISTRIBUTORE DI ESCA	<input type="checkbox"/> TRAPPOLA PER BLATTE
<input type="checkbox"/> A BASE DI ANTIDIVELENTI	<input type="checkbox"/> TRAPPOLA PER LAMBEDEMI
<input type="checkbox"/> MANTO CEMENTO YODANAK	<input type="checkbox"/> TRAPPOLA PER PUNTERELLI
	<input type="checkbox"/> LAMPADA PER DIBETI VILANI





## *Verifica del Personale*

- Abiti puliti possibile fonte di contaminazione per gli alimenti
- Abiti da lavoro indossati in appositi spogliatoi
- Abiti da lavoro non in contatto con abiti personali (riposti in un altro luogo, armadietto o scomparto)





## *Verifica del Personale*

- operatori in buone condizioni di salute (es. no diarrea, vomito, tagli o ferite sulle mani, ecc.)
- verifica dispositivi di protezione individuale (DPI): operatori indossino i DPI adeguati (es. guanto anti-taglio)





## *Verifica delle attrezzature*

- Accertare corretto funzionamento di frigoriferi, congelatori, forni, termometri a sonda, ecc
- Registrare eventuali anomalie





## *Verifica delle attrezzature*





## *Verifica zona lavaggio mani*

- Corretto funzionamento lavandini
- Presenza di sapone, detergenti, disinfettanti, panni in carta, ecc.



# *Ricevimento - Conservazione materie prime*



- Temperatura di conservazione: merci alla temperatura riportata in etichetta
- Integrità della confezione: eventuali rotture e presenza etichetta esaustiva
- Data di scadenza: prodotti conferiti non siano scaduti e vita residua compatibile con il loro utilizzo.
- Aspetto merceologico: punto di vista olfattivo (es. odori anomali) e visivo (es. ammaccature).







# *Ricevimento - Conservazione materie prime*



- Non conformità: respingere la merce o isolarla (correttamente identificata) in attesa di resa al fornitore, smaltimento, ecc. La non conformità va registrata.
- Corretto immagazzinamento: merci conservate a temperatura prevista e utilizzate dando priorità a quelle con scadenza più ravvicinata (*FIFO First In First Out*)





## *Lavorazione*

- Netta separazione tra prodotti puliti e sporchi
- Netta separazione tra materie prime crude e alimenti cotti
- Usare utensili puliti (coltelli, taglieri, ecc.) e non lo stesso utensile per diverse tipologie di alimento (carne cruda, verdura, ecc.) per evitare contaminazioni crociate



Copyright © International Association for Food Protection



# Scongelamento

- Scongelamento rapido su piccole pezzature: microonde o in acqua (prodotti confezionati)
- Scongelamento lento su grandi pezzature: in frigorifero
- No a temperatura ambiente: proliferazione batterica
- Verificare istruzioni in etichetta



# *Preparazioni anticipate*

Somministrazione di piatti cotti in largo anticipo:

- refrigerati e adeguatamente
- ricondizionati prima del consumo
- temperatura di 70 ° C al cuore del prodotto (per abbattere la carica microbica eventualmente sviluppatasi o sopravvissuta al primo trattamento termico)



# *Raffreddamento*

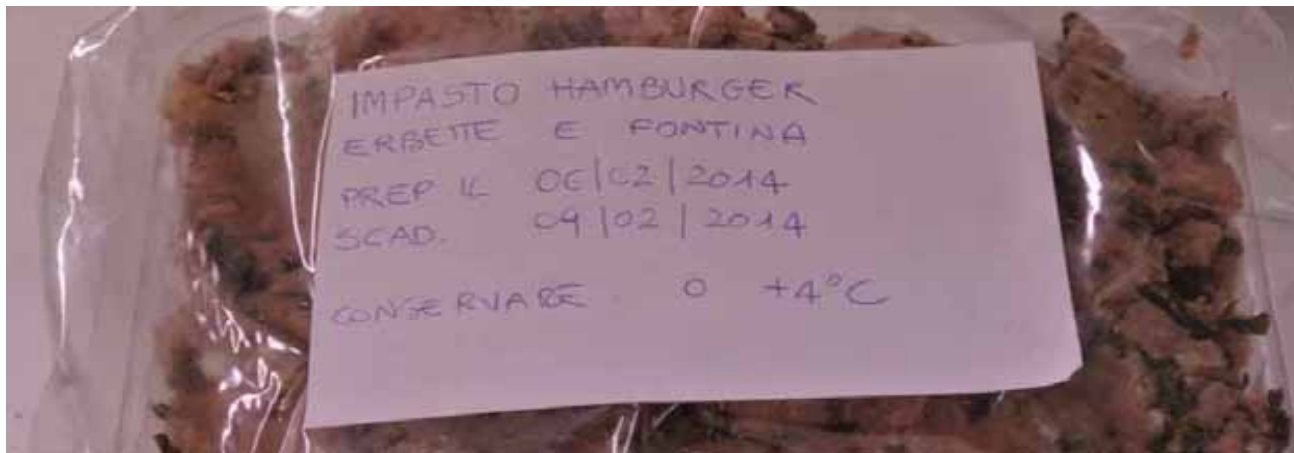
- Il più veloce possibile: evitare crescita dei microrganismi
- Evitare temperatura a rischio (15-40 ° C) per tempi troppo lunghi
- Utilizzare un abbattitore di temperatura o lavorare piccole porzioni
- così da ridurre i tempi di raffreddamento
- Salse o sughi: mescolare frequentemente per abbassare più rapidamente la temperatura.
- Alimenti in cella frigo o raffreddare i contenitori degli alimenti in acqua fredda



# *Conservazione dei semilavorati e dei prodotti finiti*

Etichettatura semilavorati:

- denominazione del prodotto
- data di preparazione
- data di scadenza o data ultima di consumo
- condizioni di conservazione



Data di scadenza in base a:

- natura e caratteristiche del prodotto
- condizioni di conservazione:
- entità della manipolazione
- aspetti organolettici

## *Mantenimento a caldo*

Anche il mantenimento di elevate temperature garantisce una buona sicurezza dal punto di vista sanitario: conservazione al di sopra dei 60 ° C



# *Presentazione e protezione*



Alimenti protetti da possibili contaminazioni esterne (microrganismi, parassiti, corpi estranei):

- conservati in confezioni singole o in vetrine richiudibili
- rischi maggiori si possono verificare nei self service
- comunque garantita la protezione da contaminazioni (gas di scarico, agenti atmosferici, infestanti, ecc.)



# *Trasporto*





# *Servizio*

Ogni casa ha il suo cibo e il suo profumo



# Ogni casa ..... ha il suo cibo

.... significa parlare di tante cose diverse:

alimentazione – nutrizione

sicurezza (food safety – food security)

.....

relazione tra persone (ospiti, familiari, personale,...)

ricordi, speranze, desideri, .....

salute

malattia

significa parlare di vita .....