

## I CONSIGLI DI SIMONETTA MASTROMAURO

(Dal libro "La celiachia dalla A...alla Z")

### ***Una scheda regalo per sensibilizzare i ristoratori ad offrire un servizio anche per i celiaci***

Carissimi,

vi offro alcuni suggerimenti per stimolarvi ad offrire un servizio per accogliere nel vostro locale un celiaco in totale sicurezza e tranquillità.

Prima di tutto è importante sapere che cos'è la malattia celiaca.

**La celiachia** è una malattia infiammatoria cronica dell'intestino tenue che si scatena con l'ingestione di glutine, nei soggetti geneticamente predisposti. È una malattia sistemica, perché può coinvolgere anche altri organi oltre all'intestino. **L'unica terapia salvavita è una dieta rigorosa senza glutine, priva anche di contaminazioni**, pensate che basta superare la soglia delle 20 ppm (piccole briciole) per fare un danno alla salute del celiaco. Il glutine è una frazione proteica presente in alcuni cereali, tossica per il celiaco.

È importante sapere che:

- **NON ESISTONO GRADI O LIVELLI DI CELIACHIA.** Si è semplicemente sintomatici o asintomatici, in entrambi i casi l'assunzione di glutine danneggia l'intestino anche quando non provoca alcun dolore
- Per chi sceglie di offrire un servizio senza glutine per celiaci, **E' MOLTO IMPORTANTE CONSEGUIRE UN CORSO FORMATIVO E INFOMATIVO CON SPECIFICI REQUISITI TECNICI**, affinché i prodotti siano sicuri per il consumatore celiaco escludendo qualsiasi contatto con gli alimenti contenenti glutine in ogni fase di lavoro (dall'approvvigionamento delle materie prime e dei prodotti, conservazione delle materie prime e dei semilavorati, preparazione degli alimenti, vendita e somministrazione degli alimenti, servizio al tavolo degli alimenti, trasporto delle materie prime e dei prodotti, igiene del personale e le modalità operative). Per questo motivo l'attività di ristorazione per i celiaci deve essere impostata e condotta sulla base di precise regole finalizzate ad evitare le contaminazioni crociate, con requisiti specifici
- **I corsi** per l'attività di ristorazione per celiaci, possono essere organizzati dalle Asl oppure da associazioni, informatevi per la vostra zona! E' importante sapere che in alcune Amministrazioni Regionali esiste un quadro normativo per gli esercizi che scelgono di fare

un'offerta senza glutine, che in genere richiede la formazione obbligatoria degli operatori e specifici requisiti tecnici

- **Esorto TUTTI** a partecipare al corso e poi scegliere se offrire questo servizio
- Se non avete gli spazi adeguati da dedicare a una zona senza glutine, come ad esempio i bar che di solito hanno cucine molto piccole, vi consiglio di optare per un prodotto di ottima qualità, confezionato, anche surgelato, come lasagne, crepes farcite, focaccia, pizza, che ancora sigillato viene cotto nel forno microonde e servito al tavolo ancora chiuso con posate monouso o confezionate in un sacchetto, quindi privo di contaminazioni e sicuro per il celiaco
- Offrire un servizio a beneficio della salute aggiunge un fiore all'occhiello al vostro locale. Dopo essermi confrontata con i ristoratori informati sulla celiachia posso dirvi che questa scelta può portare a risultati competitivi e incentivare il vostro lavoro, perché di solito il celiaco viene con i parenti, amici, scolaresche e gli invitati alle sue ceremonie. Per esempio un ristoratore mi ha riferito che con 3 spose celiache è riuscito a servire ben 400 clienti. Quindi è sicuramente un valore aggiunto.

Esistono locali informati che sono già attivi con il servizio “ANCHE SENZA GLUTINE” per i celiaci, e locali informati che hanno convertito la loro cucina a “TUTTO SENZA GLUTINE”, quindi questa è la dimostrazione che è possibile farlo.

Spero di esservi stata utile. Forza aspettiamo anche voi!