

Panoramica – Primo giorno

- Tutti i centri di distribuzione di prodotti alimentari devono possedere una licenza valida e in corso emessa dal Dipartimento della salute della Città di New York (New York City Health Department).
- Gli ispettori sanitari hanno il diritto di ispezionare qualsiasi centro di produzione o distribuzione di prodotti alimentari. Nel corso dell'ispezione, gli ispettori devono avere accesso a tutte le aree del centro.
- Ai sensi del Codice sanitario della Città di New York (New York City Health Code), i supervisori di tutti i centri di distribuzione di prodotti alimentari devono possedere un certificato di protezione alimentare.
- Un *prodotto alimentare* è qualsiasi sostanza, ghiaccio, bevanda o ingrediente commestibile impiegato o venduto per il consumo umano.
- I prodotti alimentari potenzialmente pericolosi (Potentially Hazardous Foods, PHF) sono alimenti suscettibili di supportare la proliferazione di microrganismi.
- Esempi di PHF includono tutte le carni crude e cotte, pollame, latte e latticini, pesce, molluschi, tofu, riso cotto, pasta, fagioli, patate e aglio sottolio.
- La fascia di temperatura a rischio è fra **5°C e 60°C (41°F e 140°F)**. Entro questa fascia, la maggior parte dei microrganismi nocivi si riproduce rapidamente.
- Esistono tre tipi di termometri utilizzabili per la misurazione delle temperature degli alimenti: **lamina bimetallica** (fascia da -17°C a 104°C (da 0°F a 220°F)), **termocoppia** e **termistore** (digitale). *L'uso di termometri in vetro in un centro di distribuzione di prodotti alimentari è proibito dalla legge.*
- La carne ispezionata dal Dipartimento dell'Agricoltura degli Stati Uniti d'America (United States Department of Agriculture, USDA) deve essere provvista di **marchio di controllo USDA**.
- Il pesce affumicato deve essere conservato a una temperatura **pari o inferiore a 3°C (38°F)** per evitare la crescita dei batteri *Clostridium botulinum*.
- I molluschi devono essere ricevuti con **etichette a bandiera per molluschi**. Queste etichette devono essere conservate per almeno **90 giorni** dal consumo del prodotto.
- Latte e latticini devono essere pastorizzati con date di scadenza a 9 giorni, o ultra-pastorizzati con date di scadenza a 45 giorni.

- Tutti i tipi di frutta e verdura serviti crudi devono essere accuratamente lavati prima di essere serviti.
- Tutti i prodotti alimentari confezionati in atmosfera modificata devono essere utilizzati secondo le specifiche del produttore.
- Il confezionamento sottovuoto di qualsiasi prodotto alimentare in uno stabilimento di produzione alimentare commerciale è proibito dalla legge a meno di autorizzazioni speciali ottenute presso il Dipartimento della salute della Città di New York.
- FIFO significa **First In First Out** (primo ad entrare, primo ad uscire). Il primo passaggio nell'implementazione del metodo FIFO è la datazione dei prodotti.
- Il Codice sanitario della Città di New York prevede che tutti i prodotti alimentari siano conservati ad almeno **15 cm (6 pollici)** da terra.
- Per evitare il rischio di **contaminazione incrociata**, i prodotti alimentari crudi conservati in frigorifero devono essere riposti **al di sotto** dei prodotti alimentari cotti.
- Le temperature fredde rallentano la crescita di microrganismi.
- Tutti i prodotti alimentari freddi devono essere conservati in qualsiasi momento a una temperatura pari o inferiore a 5°C (41°F) (ad eccezione del pesce affumicato, che deve essere conservato a una temperatura pari o inferiore a 3°C (38°F)).
- Mantenere le aree di stoccaggio a secco ben illuminate e ventilate.
- Non riporre i prodotti alimentari al di sotto delle condutture di acque reflue.
- I prodotti alimentari stoccati devono essere tenuti coperti e conservati in contenitori inaccessibili ai parassiti.
- Il ghiaccio destinato al consumo umano non può essere utilizzato per la conservazione di lattine, bottiglie o altri prodotti alimentari.
- Per gli alimenti conservati direttamente in ghiaccio, l'acqua prodotta da tale ghiaccio deve essere scaricata costantemente.
- Il manifesto "First Aid Choking" (Primo soccorso in caso di soffocamento) deve essere affisso in posizione visibile (evidente) in tutte le aree designate al consumo di prodotti alimentari.

- I centri di distribuzione di prodotti alimentari che servono bevande alcoliche devono affiggere il segnale di "Alcohol and Pregnancy Warning" (Avvertimento a non consumare alcol in gravidanza).
- Il segnale "Wash hands" (Lavare le mani) deve essere affisso presso tutti i lavandini destinati a tale scopo.
- I segnali "No Smoking" (Vietato fumare) devono essere affissi su tutta la struttura.

Panoramica – Secondo giorno

- Esistono tre tipi principali di pericoli per la salute umana: *fisico*, *chimico* e *biologico*.
- La presenza di un corpo estraneo (ad es., frammenti di vetro, pezzi di metallo) all'interno di un prodotto alimentare è considerata un pericolo fisico.
- La presenza di sostanze chimiche pericolose (ad es., pesticidi, agenti detergenti, farmaci soggetti a prescrizione) all'interno di un prodotto alimentare è considerata un pericolo chimico.
- La presenza di microrganismi (batteri, virus, parassiti e funghi) all'interno di un prodotto alimentare è considerata un pericolo biologico.
- I prodotti alimentari contaminati con batteri nocivi (*patogeni*) spesso non sembrano contaminati: non vi sono variazioni nell'aspetto, nel gusto o nell'odore.
- In condizioni favorevoli, il numero di batteri in un prodotto alimentare può raddoppiare ogni 20-30 minuti.
- La crescita batterica consiste di quattro fasi: **fase di latenza**, **fase di crescita esponenziale**, **fase stazionaria** e **fase di declino**.
- La crescita batterica più rapida ha luogo durante la **fase di crescita esponenziale**.
- Sei fattori influenzano la crescita batterica: Nutrimiento, grado di acidità, temperatura, tempo, ossigeno e umidità (**F**ood, **A**cidity, **T**emperature, **T**ime, **O**xxygen and **M**oisture, **FATTOM**).
- I virus non sono in grado di riprodursi negli alimenti. Tuttavia, essi possono essere trasmessi alle persone tramite gli alimenti.
- Il virus dell'epatite A e il norovirus sono due virus comunemente trasmessi tramite gli alimenti. Questi virus si trasmettono attraverso l'ingestione di cibo o acqua contaminati con le feci di una persona infetta. Un lavaggio accurato delle mani dopo l'uso della toilette può evitare la trasmissione.
- La *Trichinella spiralis*, responsabile della trichinosi, è un parassita alimentare solitamente presente nella carne di maiale poco cotta. Per evitare la trichinosi è sufficiente cuocere la carne di maiale a 65 gradi (150°F) per 15 secondi.
- L'*Anisakis simplex* è un parassita alimentare solitamente presente nel pesce.
- La *Salmonella enteritidis* è un batterio comunemente presente nel pollame crudo e nelle uova in guscio crude.

- La crescita del microrganismo *Clostridium perfringens* può essere prevenuta tramite il **raffreddamento rapido** e il **riscaldamento rapido** degli alimenti, ed **evitando la preparazione anticipata degli alimenti**.
- Lo *Staphylococcus aureus* è un batterio comunemente veicolato dagli esseri umani sani.
- La contaminazione degli alimenti da stafilococco è una causa comune di intossicazioni alimentari causate dallo *Staphylococcus aureus*, che possono essere prevenute tramite un'adeguata routine di igiene personale ed evitando il contatto a mani nude con prodotti alimentari pronti al consumo.
- Gli operatori alimentari affetti da patologie trasmissibili tramite il contatto con alimenti o attraverso gli alimenti devono astenersi dal lavoro fino alla completa guarigione.
- La carne macinata (ad es., hamburger) deve essere cotta a una temperatura minima pari a 70°C (158°F) per eliminare l'*E. coli* 0157:H7.
- Il *Clostridium botulinum* è un batterio che causa botulismo. Questo batterio è associato a prodotti alimentari, pesce affumicato e aglio sottolio preparati artigianalmente, e in qualsiasi prodotto alimentare preparato in ambiente anaerobico (senza aria).
- L'intossicazione *sgombroide* si verifica a seguito dell'ingestione di pesce con elevati livelli di istamina (ad es., tonno, sgombro, palamata, lampuga, pesce azzurro) causati da errori nel tempo o nella temperatura di conservazione.
- È obbligatorio lavare le mani accuratamente dopo qualsiasi attività a rischio di contaminazione. Ad esempio, le mani devono essere lavate prima di iniziare a lavorare e dopo aver maneggiato alimenti crudi, usato la toilette, tossito, starnutito, fumato, mangiato, bevuto e dopo essersi graffiati.
- Il Codice sanitario della Città di New York stabilisce che i lavandini per il lavaggio delle mani devono essere accessibili entro 20 metri (25 piedi) da qualsiasi area di preparazione degli alimenti, e in o nei pressi di qualsiasi toilette.
- I lavandini per il lavaggio delle mani devono essere provvisti di sapone, acqua corrente fredda e calda, asciugamani monouso o asciugatore per le mani, e di un segnale "Wash hands" (Lavare le mani).
- Il Codice sanitario della Città di New York stabilisce che tutti gli operatori alimentari indossino cuffie o retine per capelli adeguate, grembiuli e indumenti esterni puliti, e che non indossino gioielli sulle mani e sulle braccia (ad eccezione di fedie nuziali e bracciali ospedalieri). Inoltre, è raccomandabile astenersi dall'uso di cosmetici.

Panoramica – Terzo giorno

- Esistono tre metodi accettabili per lo scongelamento di prodotti alimentari congelati: trasferirli in frigorifero, collocarli sotto acqua corrente fredda o scongelarli in forno a microonde procedendo subito dopo alla cottura.
- La contaminazione incrociata si verifica quando i batteri presenti in un alimento crudo si trasferiscono in un alimento cotto o pronto per il consumo.
- Pollame, carni ripiene e farce devono essere cotti a una temperatura interna pari a 73°C (165°F).
- Carni macinate e alimenti contenenti carni macinate devono essere cotti a una temperatura interna pari a 70°C (158°F).
- La carne di maiale deve essere cotta a una temperatura interna pari a 65°C (150°F).
- Le uova in guscio crude devono essere cotte a una temperatura minima pari a 62°C (145°F).
- Pesci, molluschi, carne di manzo, carne di agnello e altre carni devono essere cotti a una temperatura minima pari a 60°C (140°F).
- Qualsiasi prodotto alimentare caldo conservato in contenitore caldo deve essere mantenuto a una temperatura pari a 60°C (140°F) o superiore.
- Alcune modalità per raffreddare efficacemente i prodotti alimentari includono: immergere i prodotti alimentari in acqua ghiacciata, mescolando di tanto in tanto; collocare una quantità di prodotti alimentari con un massimo di 2,5-5 cm (1-2 pollici) di altezza in una pirofila da raffreddamento da 10 cm (4 pollici) di altezza; utilizzare un'unità di raffreddamento rapido; tagliare i prodotti alimentari solidi in pezzi più piccoli (da 2 kg (6 lb) cad. o meno).
- I prodotti alimentari caldi collocati in frigorifero ai fini del raffreddamento devono essere coperti solo una volta raffreddati a 5°C (41°F) o meno.
- I prodotti alimentari precedentemente cotti e surgelati che verranno serviti da un'unità di mantenimento in caldo devono essere rapidamente riscaldati a 73°C (165°F) in forno o su fornello. *Non utilizzare mai un'unità di mantenimento in caldo per riscaldare prodotti alimentari.*
- Non manipolare a mani nude i prodotti alimentari pronti al consumo. Indossare sempre un **paio di guanti sterili puliti**, o utilizzare **pinze**, una **spatola**, **carta alimentare** o un **mestolo**.

- In caso di uso di guanti monouso, cambiarli di frequente per evitare la contaminazione dei prodotti alimentari.
- È necessario predisporre uscite d'aria in tutti i lavandini a uso culinario (relativo a prodotti alimentari) e per il lavaggio di piatti e stoviglie.
- È necessario installare valvole rompivuoto (Atmospheric Vacuum Breakers, AVB) in qualsiasi apparecchiatura direttamente collegata al sistema di fornitura di acqua potabile. Alcuni esempi: macchine per il ghiaccio, macchine da caffè e lavastoviglie.
- Il collegamento incrociato può essere evitato installando una valvola rompivuoto in corrispondenza del rubinetto.
- Tutti i radiatori ad acqua calda a gas devono essere installati da un tecnico autorizzato e monitorati per verificare la presenza di controcorrente.
- Le leggi in vigore nella Città di New York proibiscono lo scarico dei grassi in qualsiasi lavandino non provvisto di apposito dispositivo di raccolta dei grassi.

Panoramica – Quarto giorno

- La sequenza corretta di lavaggio delle stoviglie a mano è: *lavaggio, risciacquo, sterilizzazione e asciugatura all'aria.*
- Dopo ogni uso, i taglieri devono essere *lavati, sciacquati e sterilizzati.*
- Per eseguire la sterilizzazione tramite acqua calda, immergere gli utensili in acqua a **76°C (170°F)** per almeno 30 secondi.
- Per preparare una soluzione sterilizzante a base di cloro 50 PPM, aggiungere 14 ml (1/2 oncia) di candeggina a 3,7 litri (1 gallone) di acqua.
- Immergere quindi gli utensili in tale soluzione sterilizzante a 50 PPM per almeno 1 minuto.
- Per preparare una soluzione sterilizzante a base di cloro 100 PPM, aggiungere 30 ml (1 oncia) di candeggina a 3,7 litri (1 gallone) di acqua.
- Tale soluzione sterilizzante a 100 PPM è di norma impiegata per le operazioni di pulizia tramite strofinamento, nebulizzazione o versamento.
- I panni utilizzati per la pulizia devono essere conservati in una soluzione sterilizzante a 50 PPM.
- Nel corso delle operazioni di sterilizzazione chimica, la soluzione chimica deve essere verificata tramite l'uso di un kit da test.
- I centri di distribuzione di prodotti alimentari con almeno 20 posti a sedere nell'area dedicata al consumo dei prodotti alimentari devono essere muniti di bagni per gli avventori.
- Le tre strategie chiave della gestione integrata delle specie nocive sono: *ridurle alla fame, ricostituirle e distruggerle.*
- Se i topi che hanno infestato un ristorante non hanno più cibo a disposizione, se ne andranno.
- Spesso, i ratti riescono a introdursi negli edifici tramite aperture piccole quanto una moneta.
- La presenza di escrementi freschi dei ratti in un centro di distribuzione di prodotti alimentari è una violazione grave delle norme di igiene.
- Insetticidi e rodenticidi possono essere utilizzati esclusivamente da parte di un operatore di disinfestazione autorizzato.

- Il metodo più efficace per eliminare insetti e scarafaggi da un edificio è tramite adeguate procedure di pulizia e sterilizzazione.

Panoramica – Quinto giorno

- La sigla **HACCP** significa **H**azard **A**nalysis and **C**ritical **C**ontrol **P**oint (analisi dei rischi e controllo dei punti critici).
- Il protocollo HACCP è un sistema di sicurezza alimentare volto al controllo della crescita di microrganismi nocivi.
- I sette principi dell'HACCP sono: *identificare i pericoli, identificare i punti critici di controllo (Critical Control Point, CCP), stabilire i limiti critici, monitorare i CCP, eseguire azioni correttive, verificare l'effettivo funzionamento delle misure, registrare e conservare i risultati.*
- Un CCP è un qualsiasi punto nel flusso alimentare in cui è necessario eseguire azioni per eliminare i pericoli.
- Se un prodotto alimentare potenzialmente pericoloso viene lasciato nella fascia di temperatura a rischio per oltre 2 ore, tale prodotto alimentare non è più sicuro e va pertanto smaltito.
- Per la preparazione di insalate fredde, ad esempio a base di tonno, è consigliabile pre-raffreddare gli ingredienti.
- I grassi trans artificiali aumentano il LDL (il colesterolo "cattivo"), esponendo al rischio di malattie cardiache.
- L'uso dei grassi trans artificiali è proibito in tutti i ristoranti.
- Per ottimizzare la sicurezza alimentare, la protezione e le pratiche operative generali, è consigliabile condurre regolarmente un'auto-valutazione delle attività relative alla preparazione di prodotti alimentari.
- Gli infortuni sul luogo di lavoro più comuni fra gli operatori impiegati nei ristoranti sono **scivolamenti, inciampi, cadute, tagli, lacerazioni, ustioni, strappi muscolari, distorsioni e scosse elettriche.**
- Per evitare scivolamenti, cadute e inciampi, tutti gli operatori devono indossare calzature antiscivolo.