

Riassunto

La carenza alimentare di iodio causa malattie gravissime e molto costose per la società.

Milano Ristorazione non considera l'uso del sale iodato come una delle 10 regole fondamentali per crescere sani.

Lo stato italiano ha invece recepito i suggerimenti dell'Organizzazione Mondiale della Sanità e ha emanato una legge (2005) in tema di "Disposizioni finalizzate alla prevenzione del gozzo e di altre patologie dovute a carenza iodica".

Durante le ispezioni della commissione mensa bisogna verificare la disponibilità di sale iodato in refettorio e in locale cucina/dispensa

Perché è importante lo iodio?

Lo iodio svolge una importante azione preventiva nei confronti di una serie di malattie, tra cui principalmente quelle della tiroide.

L'organismo umano concentra lo iodio nella tiroide (una ghiandola posta nel collo vicino alla cartilagine tiroidea, il cosiddetto pomo d'adamato presente in tutti i sessi e a tutte le età), dove entra nella formulazione di due ormoni, triiodotironina (T3) e tiroxina (T4), regolatori di alcune funzioni metaboliche, tra cui lo sviluppo del sistema nervoso centrale e l'accrescimento corporeo.

Da dove viene lo iodio?

Il nostro corpo non è in grado di costruirlo, perciò proviene dagli alimenti che mangiamo.

Lo iodio è un sale minerale diffuso in natura ma sempre in concentrazioni molto ridotte.

Sotto forma di ioduro, si trova in piccola quantità nelle acque marine ed è piuttosto abbondante, come iodato di sodio, in alcuni depositi salini.

Negli alimenti è presente in quantità massima nei crostacei (300 microg/100 g), meno della metà è contenuta nel pesce, circa un quarto nelle uova, un trentesimo nel latte (10 microg/100 g).

Nelle verdure la sua concentrazione è variabile perché dipende dalla composizione del terreno di coltura.

Cosa succede se manca lo iodio?

Il fabbisogno dello iodio è massimo durante la gravidanza e l'allattamento (250 microg/al giorno).

Nei bambini il fabbisogno è:

da 1 a 3 anni: 70

da 3 a 6 anni: 90

da 7 a 10 anni: 120 microg/ al giorno.

Se un bambino di 10 anni si alimentasse con solo latte per evitare la carenza di iodio ne dovrebbe bere circa 1200 ml al giorno, cioè ben più di un litro.

Se l'apporto di iodio non è sufficiente non si formano abbastanza ormoni tiroidei, una condizione che si chiama ipotiroidismo.

Malattie dovute all'ipotiroidismo.

Una carenza di ormone tiroideo durante la vita fetale e neonatale può avere effetti diversi, fino all'arresto irreversibile della maturazione dell'encefalo con gravi conseguenze sullo sviluppo intellettuale con conseguente ritardo mentale, sordomutismo e paralisi spastica.

Nelle sue forme più gravi, la carenza iodica può portare a cretinismo, una condizione ormai raramente riscontrata in Europa, caratterizzata da gravissima insufficienza mentale.

La carenza di iodio può portare ad un aumento di dimensioni della ghiandola, condizione nota col termine "gozzo".

Disordini da carenza iodica

Feto

Aborto natimortalità
Anomalie congenite
Mortalità perinatale
Cretinismo

Neonato

Ipotiroidismo neonatale
Gozzo neonatale

Adolescente

Gozzo
Ipotiroidismo giovanile
Ritardo mentale
Difetti neuropsichici minori
Ritardo di accrescimento

Adulto

Gozzo e sue complicanze
Ipotiroidismo
Deficit intellettuale



Goiter



Cretinism

Il gozzo è un fattore di rischio per lo sviluppo del cancro della tiroide (www.airc.it)

Sintomi.

Nel bambino di età prescolare e scolare i sintomi più frequenti sono il ritardo di accrescimento, il diradamento dei capelli e la stitichezza. A volte vi sono difetti neuropsichici minori, apatia e depressione.

Ipotiroidismo nel mondo.

Stime dell' Organizzazione Mondiale della Sanità indicano che il 35 % della popolazione mondiale è a rischio di malattie derivanti dalla carenza iodica (1-2 miliardi di persone).

Nel mondo esistono circa 5-6 milioni di persone affette dalla forma più grave di deficit, il cretinismo.

Table 2 Total number of people and percent of regional population living in areas at risk of IDD, or affected by IDD*

WHO region	Population (millions)	At risk of IDD		Affected by goiter		Affected by impaired mental development	
		millions	%	millions	%	millions	%
Africa	550	181	32.8	86	15.6	1.1	0.2
Americas	727	168	23.1	63	8.7	0.6	0.9
Eastern Med	406	173	42.6	93	22.9	0.9	2.3
Europe	847	141	16.7	97	11.4	0.9	1.1
South-East Asia	1355	486	35.9	176	13.0	3.2	1.3
Western Pacific	1553	423	27.2	142	9.0	4.5	2.9
Total	5438	1572	28.9	655	12.0	11.2	2.0

* Modified from WHO/NUT².

Publ. Health Nutrition 2001, 4 (2B):529

Ipotiroidismo in Italia.

L'incidenza di ipotiroidismo alla nascita è di 1 /2400 nati vivi, quasi il doppio di quella americana (1 / 4000). Essa è una incidenza alta.

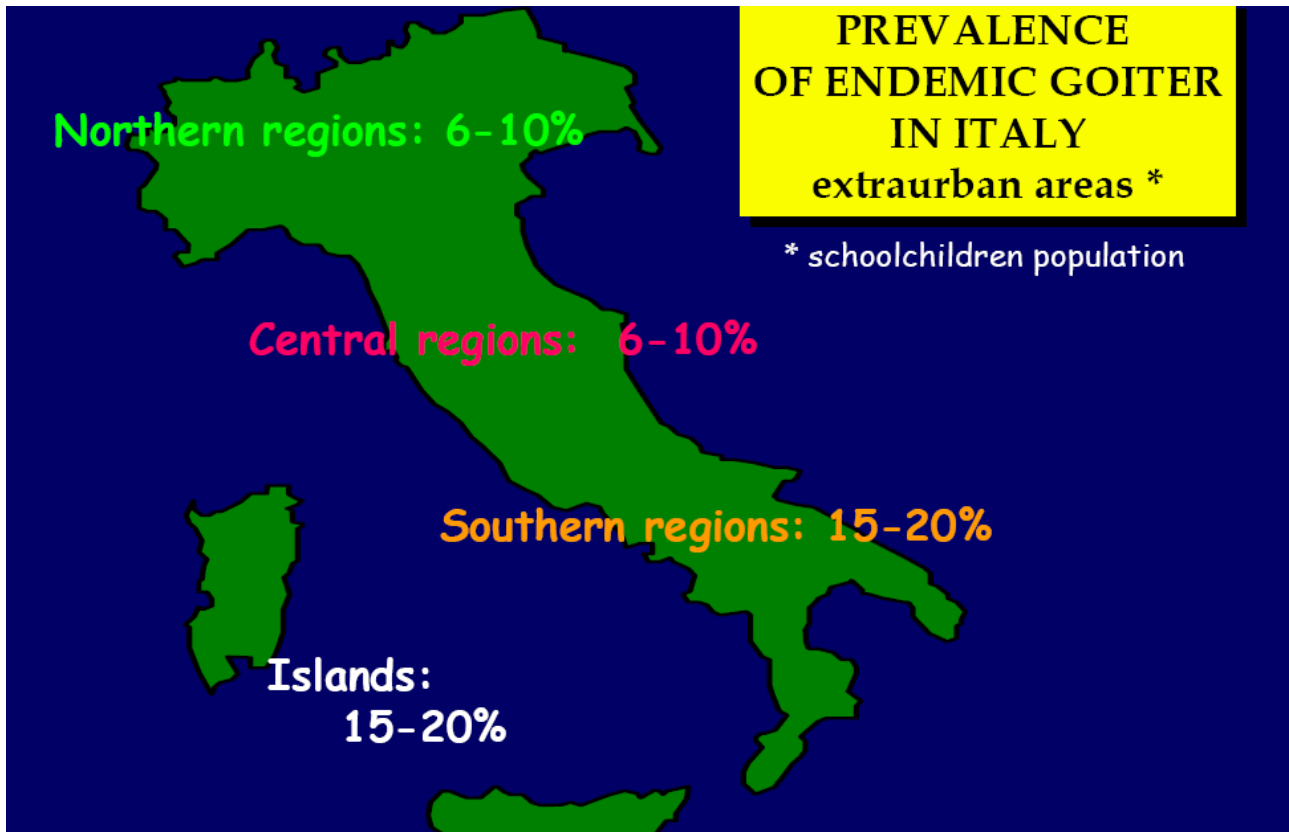
In Italia l'ipotiroidismo è endemico, cioè molto diffuso.

In Italia circa 6 milioni di persone sono esposte agli effetti della carenza iodica ambientale

il gozzo è ancora una patologia endemica in molte aree del nostro paese

L'ipotiroidismo congenito in Italia ha un'incidenza elevata

Nella sola popolazione giovanile italiana, il gozzo interessa fino al 20 per cento della popolazione scolastica (l'incidenza massima è riscontrata nelle aree di campagna meridionale).



In età adulta, le donne sono molto più soggette alle malattie tiroidee rispetto agli uomini: una donna ha il 20 per cento di possibilità di sviluppare problemi alla tiroide nel corso della sua vita. In altre parole una donna su 5 nel corso della sua vita avrà problemi che riguardano la tiroide.

Impatto economico:

Dati Istat relativi ai ricoveri ospedalieri del 2000 affermano che in quell'anno ci sono stati quasi 30 mila ricoveri con diagnosi di gozzo semplice, cioè 50 ricoveri ogni 100 mila abitanti.

Questa malattia costa circa 150 milioni di euro all'anno (fonte www.epicentro.iss.it).

Cosa fa l'Organizzazione Mondiale della Sanità per sconfiggere questa malattia?

L'OMS ha inserito il controllo delle malattie da carenza iodica tra le priorità che ogni stato dovrebbe porsi per la tutela della salute.

**La strategia raccomandata dall'OMS a livello mondiale
per l'eradicazione dei disordini da carenza iodica**



Sale per uso alimentare fortificato con iodio

alimento utilizzato da larghi strati della popolazione
Consumo stabile
Costi di produzione relativamente contenuti

Alcuni Paesi europei, come l'Austria e la Svizzera, hanno risolto completamente il problema della carenza iodica e dell'elevata frequenza di gozzo proprio imponendo l'uso del sale iodurato all'intera popolazione. Dopo appena pochi anni di questa campagna di prevenzione si è avuta una riduzione del gozzo nei bambini in età scolare dal 90% al 10%" (fonte: Prof D'armiento. Ordinario di Endocrinologia Università La Sapienza, Roma).

Lo stato italiano ha recepito i suggerimenti dell'OMS.

1) Nel 1992 ha reso obbligatorio lo screening neonatale dell'ipotiroidismo, insieme alla diagnosi precoce neonatale di altre malattie quali la fenilchetonuria e la fibrosi cistica (legge quadro n 104 del 5/5/1992).

2) Nel 2005 ha varato una legge titolata “Disposizioni finalizzate alla prevenzione del gozzo e di altre patologie dovute a carenza iodica”.(Legge 21/marzo 2005)

Disposizioni finalizzate alla prevenzione del gozzo e di altre patologie da carenza iodica

Legge 21 marzo 2005, n° 55
G.U. n°91, 20 aprile 2005

Punti essenziali

disponibilità in tutti i punti vendita di sale iodato

obbligo di vendere sale non iodato solo su specifica richiesta del consumatore

uso di sale arricchito di iodio nella ristorazione collettiva

possibilità di utilizzazione nella preparazione e nella conservazione dei prodotti alimentari

La legge del 2005 prevede che (Art. 3,2) nell'ambito della ristorazione pubblica (bar e ristoranti) e di quella collettiva (mense e comunità), sia “messo a disposizione dei consumatori anche il sale arricchito con iodio”.

Campagne e studi locali in Toscana, Liguria e Emilia Romagna hanno dimostrato che la profilassi con sale iodato può efficacemente prevenire le malattie da carenza iodica. (fonte: **Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute**)

3) A seguito dell'applicazione della legge relativa a “Disposizioni finalizzate alla prevenzione del gozzo endemico e di altre patologie da carenza iodica” (G.U. n.91 del 20 aprile 2005) e dell'impegno del Governo ad attivare un programma di monitoraggio della iodoprofilassi (Camera dei Deputati, seduta n.599 del 9.3.2005), è stato chiesto all'Istituto Superiore di Sanità di realizzare uno studio di fattibilità per l'istituzione di un Osservatorio Nazionale per il Monitoraggio della Iodoprofilassi in Italia (OSNAMI).

Fonte: *Intervento al convegno 3 marzo 2006 "Celiachia e carenza iodica" - Antonella Olivieri Dipartimento di Biologia cellulare e Neuroscienze Istituto Superiore di Sanità - Roma*

Cosa fanno le mense scolastiche per prevenire l'ipotiroidismo?

Frascati:

Nell'attuale "Guida per gli Utenti" si legge:

Il sale iodato

Una novità importante è l'introduzione del sale iodato nella preparazione dei cibi serviti alla mensa scolastica, al fine di prevenire la carenza di iodio e quindi l'insorgenza del cosiddetto gozzo.

In effetti recenti studi hanno confermato che nella popolazione italiana, l'apporto medio giornaliero di iodio è inferiore a quello indicato ottimale dall'OMS (Organizzazione mondiale della sanità).

Si stima che con l'utilizzo del sale iodato nel pasto della refezione scolastica, la copertura del fabbisogno in iodio è pari al 40% del totale.

Viene consigliato l'uso di questo tipo di sale anche nelle preparazioni casalinghe, fatta salva la presenza in famiglia di persone con patologie della tiroide.

Roma:

Nelle miglorie di servizio introdotte nel 2004 si legge:

"Introduzione del sale iodato: lo iodio, (...), svolge una importante azione preventiva nei confronti di una serie di malattie, tra cui principalmente quelle tiroidee.

L'eradicazione delle malattie conseguenti alla carenza iodica è anche uno degli obiettivi contenuti nel "Progetto Obiettivo per l'Alimentazione e la Nutrizione del Ministero della Salute", emanato nel contesto del Piano Sanitario nazionale 1998-2000."

Potenza:

Sul sito della Asl di Potenza si legge che:

"Il SIAN (Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione) del Dipartimento di Prevenzione dell'ASL 2 di Potenza ha presentato durante i lavori del convegno della Società di Igiene e Medicina Preventiva, tenutosi recentemente a Bari, uno studio sull'utilizzo del sale iodato nell'alimentazione.(...)

Solo il 40% delle mense scolastiche, presenti sul territorio della ASL n.2, usa sale iodato. Nessuna delle 17 tipologie di prodotti dietetici per l'infanzia esaminati è risultato contenere questo prodotto.(...)

La ricerca, pur evidenziando una capillare distribuzione sul territorio della vendita del sale iodato negli esercizi commerciali, ha messo in luce la necessità di incrementarne l'uso nelle mense scolastiche e per la preparazione degli alimenti per la prima infanzia anche attraverso la sua prescrizione nelle tabelle dietetiche da parte del SIAN."

Linee guida per la refezione scolastica:

Le linee guida di Lombardia (2002), come quelle di altre regioni, già prima dell'introduzione della Legge del 2005, suggeriscono l'uso del sale sodato per la refezione nelle scuole.

Cosa fa MilanoRistorazione spa?

"Milano Ristorazione è "il più grande ristorante per bambini" in Italia" (fonte: www.milanoristorazione.it)

Un punto fondamentale della "mission" di MilanoRistorazione" spa è lo "sviluppo della cultura e della educazione alimentare nella scuola". (fonte: www.milanoristorazione.it).

Il presidente di MilanoRistorazione nel Bilancio Sociale 2007- Bilancio di Esercizio scriveva che:

Nel corso del 2007 si è realizzata una profonda trasformazione di Milano Ristorazione, fondata sulla ridefinizione della missione aziendale. Il ruolo di un'impresa come la nostra deve oggi andare oltre la qualità del servizio, verso nuove esigenze di sviluppo della cultura della corretta alimentazione, per educare, a partire dal bambino "cliente", alla tutela della salute; il tutto in stretta collaborazione e alleanza con le famiglie. Imparare ad alimentarsi correttamente sin da bambini significa ridurre il rischio di andare incontro a serie malattie negli anni a venire.

In data 9 Giugno 2009 MilanoRistorazione spa non offre nessun tipo di informazione agli utenti riguardo all'argomento "sale iodato" sul suo sito ufficiale www.milanoristorazione.it, neppure nella sezione "link".

L'uso di POCO sale IODATO non è una delle "Dieci regole d'oro per crescere sani", pubblicate sul sito www.milanoristorazione.it.

Nel "Piano di Autocontrollo del terminale basato sui principi del sistema Haccp" non esiste una procedura di verifica della presenza in mensa di confezioni di sale iodato insieme a quelle di sale comune.

Nelle grammature dei pasti vi è la dicitura "sale" e non "sale iodato". (fonte: documento contenuto nella sezione file del forum Milano_commissioni_mensa). (MilanoRistorazione spa non pubblica le grammature dei pasti sul suo sito ufficiale).

Cosa fare se in corso di ispezione si riscontra l'assenza di sale iodato in mensa o nel locale cucina?

Il condimento dei primi e dei contorni deve essere effettuato dopo il trasporto e prima della distribuzione dei pasti (Piano di Autocontrollo del terminale basato sui principi del sistema Haccp punto 3.2.10 del documento PO_7.5CTERM).

Le grammature dei condimenti sono contenute nella tabella TAB_7.5CTERM/01.

Il sale da aggiungere a crudo deve poter essere di tipo iodato ai sensi della legge.

Nel refettorio deve essere disponibile sale iodato ai sensi della legge, per l'uso a richiesta degli adulti che si alimentano col cibo fornito da MilanoRistorazione..

Qualora si riscontrasse la mancanza del sale iodato si dovrebbe contattare la responsabile di zona e informarla che per conoscenza si è inviata comunicazione di tale mancanza alla dirigente scolastica, alla responsabile del settore Qualità di MR, al Comune e al gruppo Milano_Commissioni_Mensa.

Esempio di lettera:

" Alla cortese attenzione della Responsabile Settore Qualità d.ssa Balzaretti, MilanoRistorazione, via Quaranta 41, 20139 Milano. Fax: 02.884 63262

e p.c.

Alla Cortese attenzione del Ufficio Unità Organizzativa di Controllo per il Servizio di Ristorazione Scolastica. Via Porpora 10, 20131, N Fax: 02. 884 62592.

e p.c.

Alla Cortese attenzione della Dirigente Scolastica della Scuola.....

In datain qualità di membro della Commissione Mensa della Scuola..... ho riscontrato la mancanza del sale iodato per il condimento dei cibi forniti da MilanoRistorazione spa.

Il sale iodato deve essere messo a disposizione della ristorazione collettiva ai sensi dalla legge 21/3/2005.

Nell'alimentazione infantile è bene utilizzare POCO sale IODATO.

Data la gravità dell' inadempienza di legge che ho verificato, Le chiedo di verificare giornalmente la presenza o meno del sale iodato nella mia scuola e di provvedere all'immediato reintegro dello stesso.

Cordiali saluti, firma"

Vi preghiamo di inviare la stessa lettera anche tramite e-mail a "parliamoci@milanoristorazione.it" e in cc all'indirizzo del nostro gruppo forum.

Nella sezione di non conformità di Pappa-mi segnalare: Altro.

Nelle note segnalare la mancanza di sale iodato.