

El Prat de Llobregat, juliol de 2017

NOTA INFORMATIVA: Àpats per consumir a l'aire lliure. Pícnics

El treball de Fundesplai en l'àmbit d'Escoles i Cases de Colònies comporta cobrir el servei de pícnic al llarg del curs escolar així com durant les estades d'escoles, esplais, associacions i famílies al llarg de l'any.

Per aquest motiu, és necessari conèixer quin és el marc legal que afecta al servei de pícnic amb l'objectiu de garantir la seguretat alimentària en aquests àpats, d'igual manera que es fa amb la resta de menús.

D'acord amb l'**Article 7** sobre <<Condicions de l'emmagatzemament, conservació, transport i venda>> del **Reial Decret 3484/2000** pel qual s'estableixen les normes d'higiene per a l'elaboració, la distribució i el comerç de menjars preparats:

Sense perjudici de les normes que estableixen el Reial Decret 2207/1995, el Reial Decret 1109/1991 i el Reial decret 1254/1991, de 2 d'agost, pel qual es dicten normes per a la preparació i la conservació de la maionesa d'elaboració pròpia i altres aliments de consum immediat en què figuri l'ou com a ingredient, l'emmagatzemament, la conservació, el transport i la venda de menjars preparats han de complir els requisits següents:

*1. Les **temperatures** d'emmagatzemament, conservació, transport, venda i, si s'escau, servei dels **menjars preparats conservats a temperatura regulada** són les següents:*

- a) Menjars **congelats** ≤ -18 °C.*
- b) Menjars **refrigerats** amb un període de durada **inferior a 24 hores** ≤ 8 °C.*
- c) Menjars **refrigerats** amb un període de durada **superior a 24 hores** ≤ 4 °C.*
- d) Menjars **calents** ≥ 65 °C.*

No obstant el que preveu el paràgraf anterior, els responsables dels establiments poden fixar unes temperatures diferents, sempre que estiguin basades en evidència científica o tècnica i hagin estat verificades per l'autoritat competent.

Per aquest motiu, Fundesplai, com a entitat gestora del servei de cuina del centre, no recomana el consum de certs aliments en pícnic atès l'alt risc sanitari que pot suposar consumir-los, en tant que l'aliment de forma habitual, salvat excepcions, es guarda i transporta a T^a ambient, és a dir, **fora de temperatura (T^a) de manteniment en fred (0-4°C sí > 24h o <8°C si <24h)**, i perquè, a més, en el cas d'aliments cuits a la cuina del centre, el període entre la cocció de l'aliment i el seu consum sol ser **superior a 2 les hores** a T^a ambient.

A continuació s'ofereix una taula on es diferencien els aliments recomanats (en **color verd**), que es poden consumir **sense** representar un **risc alimentari** significatiu, d'aquells aliments no permesos que sota cap concepte s'haurien de consumir sense respectar la cadena de manteniment de temperatures (en **vermell**):

ALIMENT RECOMANAT	ALIMENTS NO PERMESOS Salvat que es transportin en equips de manteniment de fred (ex. Nevereta portàtil)
Embotits crus curats: - Llonganissa de porc/gall dindi - Xoriç de porc/gall dindi - Fuet - Pernil salat	Embotits cuits (ex. Pernil cuit, mortadel·la, xòped)
Formatge curat	Truita
Formatge tipus Edam*	Carns cuites (ex: Pit de pollastre, salsitxes, llom de porc)
Tonyina**	Amanides de pasta, arròs i patata
Hummus de cigrons amb ceba, pebre negre i oli d'oliva (Apte vegans)	

* Els entrepans de formatge s'han d'elaborar preferiblement amb formatge curat, el qual admet conservació a temperatura ambient. El formatge Edam demana conservació entre 4-7°C, tot i que presenta una humitat del 45%.

**Per evitar el risc d'histaminosi, cal assegurar una correcta manipulació a cuina per mantenir una concentració en nivells segurs d'histamina.

Finalment, es pot observar que són diverses les Guies de bones pràctiques i material divulgatiu elaborat per autoritats competents les que recomanen que s'ofereixin com a pícnic aliments d'alt risc microbiològic sense el compliment de les temperatures de manteniment:

Creixement microbiològic / germinació d'espores

↪ **Causa:** L'aliment s'ha refredat lentament, de manera que l'aliment està sotmès durant un llarg període de temps a temperatures considerades de perill, en el qual es produeix la màxima multiplicació i desenvolupament de microorganismes.

✓ **Prevenció:** La temperatura en el centre de l'aliment s'ha de reduir de 60 °C a 8 °C en menys de dues hores, i a continuació s'ha d'emmagatzemar immediatament a 4 °C. Cal utilitzar el refrigerador ràpid. En cas de no disposar-ne, s'aconsella no refredar, sinó mantenir la cadena de calor fins al servei dels productes.

Si és imprescindible realitzar refredaments sense els mitjans adequats, s'ha d'intentar reduir la temperatura al més ràpidament possible, col·locant els aliments en recipients de petit volum. Quan hagin assolit la temperatura ambient, s'han d'introduir immediatament a la cambra de refrigeració.

Referència bibliogràfica 2.

REFREDAR



- Prepareu els menjars amb la mínima antelació possible abans de consumir-los i, quan això no sigui possible, conserveu-los refrigerats.
- Refrigereu, al més aviat possible, els aliments cuinats. No els mantingueu a temperatura ambient durant més de dues hores.
- Distribuiu el menjar en recipients petits per facilitar-ne el refredament.
- Descongeleu els aliments dins el frigorífic o al microones just abans de preparar-los; no els descongeleu a temperatura ambient.

Per què?

- Alguns microorganismes es multipliquen molt ràpidament si el menjar es conserva a temperatura ambient.
- Per sota dels 5°C i per sobre dels 65°C el creixement dels microorganismes es retarda o s'atura.



Referència bibliogràfica 3.

Amb relació a la manipulació d'aliments i a la preparació dels àpats i atès el major risc de contaminació per les altes temperatures de l'època, és imprescindible mantenir unes normes higièniques estrictes i respectar la cadena del fred en totes les etapes de la manipulació, tant al menjador i a la cuina, com quan es va de pícnic.



Referència bibliogràfica 4.

Bibliografia

1. REAL DECRETO 3484/2000, de 29 de diciembre por el que se establecen las normas de higiene para la elaboración, distribución y comercio de comidas preparadas.
2. Diputació de Barcelona. Autocontrol en l'elaboració de menjar per a col·lectivitats. Guia de pràctiques correctes d'higiene. Barcelona, 2006.
3. Agència Catalana de Seguretat Alimentària, Generalitat de Catalunya. Quatre normes per a preparar aliments segurs.
4. Agència de Salut Pública de Catalunya, Generalitat de Catalunya. Recomanacions per als menús de campus esportius i casals d'estiu.
5. Agència de Salut Pública de Catalunya, Generalitat de Catalunya. Consells per menjar a l'aire lliure. 2006
6. Agència Espanyola de Consum, Seguretat Alimentària i Nutrició. Comer seguro al aire libre. Las bacterias también van de pícnic. Ministeri de Sanitat, Serveis Socials i Igualtat, Govern d'Espanya.