

Le diete speciali

Per diete speciali si intendono tutti i regimi alimentari diversi da quello fornito comunemente, in risposta a particolari esigenze cliniche (es. allergie, intolleranze, diabete mellito, celiachia) e a motivazioni etiche, culturali (es. vegetariani/vegan) o religiose (es. dieta musulmana).

Un servizio di ristorazione scolastica deve saper rispondere a tutte queste richieste “speciali” e saper tutelare la salute fisica e psicologica dei bambini interessati all’interno di una vita collettiva. Per favorire l’inclusione, visto il ruolo socializzante ed educativo del pasto, le diete speciali devono garantire la stessa qualità e le preparazioni sostitutive devono essere il più possibile simili al menù giornaliero.

Nell’ambito della ristorazione scolastica, la maggior parte delle richieste di dieta speciale è legata ad allergie e intolleranze alimentari o a patologie croniche (es. diabete mellito), per le quali la dieta è fondamentale per il mantenimento di un buono stato di salute e per il controllo della malattia.

Per diete speciali dovute a particolari esigenze cliniche deve essere predisposta una corretta prescrizione medica dettagliata, rilasciata dal medico curante o dallo specialista del SSN, con indicazione degli alimenti vietati, insieme al modulo di richiesta di dieta speciale (**allegato 7**) compilato dal genitore o da chi esercita la responsabilità genitoriale.

Per diete speciali per motivazioni etiche, culturali o religiose non è necessario presentare una certificazione medica e la richiesta deve essere formulata su modulistica apposita (**allegato 8**) da parte del genitore o da chi esercita la responsabilità genitoriale.

Allergie e intolleranze

Negli ultimi anni, però, si è assistito a un incremento di diete speciali corredate da certificati medici, non sempre associate a diagnosi supportate da evidenze scientifiche. Questo nasce dalle richieste legate al rifiuto di alcuni alimenti da parte del bambino in assenza di patologia (avversione a un alimento): in questo caso non è prevista l’alternativa al menù standard. Tutte le richieste corredate da certificato improprio e non derivante da motivazioni di tipo clinico non dovrebbero essere accettate, così come la “dieta leggera/in bianco” che, pur essendo generalmente prevista nel contesto scolastico, ad oggi non trova una base scientifica.

Per garantire le diete speciali è opportuno strutturare percorsi sicuri attraverso la collaborazione tra i vari *stakeholder*, meglio se definiti da protocolli operativi, nel rispetto dei reciproci ruoli: medico curante / pediatra, servizio sanitario (distretto sanitario, dipartimento di prevenzione), direzione scolastica, amministrazione comunale, ditta di ristorazione. Ogni operatore deve responsabilizzarsi per fornire la risposta adeguata alle esigenze del bambino, curando anche l’aspetto psicologico.

La preparazione di diete speciali comporta inoltre una particolare attenzione e organizzazione in ogni fase del servizio di ristorazione: dalla formulazione del menù, all’acquisto e allo stoccaggio delle materie prime, alla preparazione e somministrazione dei pasti.

Anche la fase di somministrazione delle diete speciali è determinante per garantire la sicurezza del pasto: va posta attenzione, in particolar modo, alla corretta identificazione del bambino - di concerto con l’insegnante/educatore - e alla sorveglianza da parte del personale preposto, al fine di evitare scambio di posate e contaminazioni crociate specie nei più piccoli.

Caratteristiche del certificato medico per diete speciali

Il certificato medico e il modulo di richiesta di dieta speciale devono essere trasmessi, all'inizio di **ogni anno** scolastico o appena accertata la diagnosi, all'Istituto scolastico di appartenenza o all'ufficio comunale competente.

Il certificato medico deve essere rilasciato dal Medico di Medicina Generale o dal Pediatra di Libera scelta o dal Medico Specialista del Sistema Sanitario Nazionale o da un centro ospedaliero del Sistema Sanitario Nazionale basandosi su test diagnostici scientifici riconosciuti dal Ministero della Salute.

Tale certificazione deve contenere in modo preciso la diagnosi (allergia, intolleranza alimentare, diabete, disfagia, celiachia, ecc.) e i relativi riferimenti clinico-anamnestici (es. sintomi e segni eventualmente associati all'ingestione dell'alimento).

La certificazione medica deve anche indicare in modo chiaro i componenti della dieta da escludere, specificando quindi sia gli alimenti che gli additivi e aromi.

Pertanto, quando si vieta un alimento, salvo che nella certificazione non venga esplicitato diversamente, dalla dieta verrà escluso:

- l'alimento tal quale (uova, latte, arachide...);
- le preparazioni/i prodotti in cui l'alimento è presente come ingrediente (uova nei biscotti, arachidi nell'olio di semi...);
- le preparazioni/i prodotti in cui l'alimento può essere presente in tracce.

Non sono accettate le indicazioni generiche che possono causare confusione nella scelta degli alimenti da escludere come:

- l'indicazione di una categoria merceologica (cereali, latticini, verdure, legumi...);
- l'esclusione di una preparazione gastronomica (sugo di pesto, frittata di verdure, ravioli, pesce impanato, minestre...)
- l'indicazione specifica di alimenti sostitutivi (la pasta all'olio al posto della minestra di verdure)

Non sono ritenuti validi i certificati contenenti diagnosi non specifiche, ma indicazioni generiche come ad esempio: "non gradisce", "rifiuta", "è ipersensibile", "non assume", "non tollera".

Nel caso in cui venga presentata, nel corso dell'anno scolastico, una nuova certificazione medica, questa annulla completamente la precedente. Per sospendere la somministrazione della dieta speciale è necessario presentare una certificazione medica che ne richieda l'annullamento.

Diete per motivi etici, religiosi e culturali

Sono regimi alimentari legati a tradizioni culturali, etiche o religiose della famiglia e che prevedono l'esclusione di alcuni alimenti. Al fine di garantire il miglior equilibrio nutrizionale possibile agli alunni che seguono diete etico – religiose e culturali, è opportuno prevedere nei capitolati d'appalto-contratti la disponibilità alla fornitura di queste diete, fermo restando il rispetto del merceologico allegato.

La richiesta di questo tipo di dieta da parte del genitore o di chi esercita la responsabilità genitoriale deve essere formulata su apposita modulistica (**allegato 8**) e non è necessario presentare una certificazione medica.

Diete vegetariane e vegane

La dieta vegetariana esclude l'utilizzo di carne e pesce (inclusi molluschi e crostacei), ma consente l'impiego di alimenti di "derivazione animale" come le uova, il latte, i formaggi e il miele. La dieta vegana invece non comprende nessun alimento di origine animale. Pertanto, l'alimentazione si basa principalmente sul consumo di cereali, legumi, verdura, frutta, frutta secca, oli vegetali.