

# Segment dziewiąty – alergeny

## ZAŁOŻENIA TEGO SEGMENTU

Po zakończeniu tego segmentu będziesz w stanie:

- Krótco opisać, co oznacza alergen pokarmowy.
- Wymienić 14 uznanych w Wielkiej Brytanii alergenów pokarmowych.
- Krótco opisać podstawę prawną zarządzania alergenami, w tym oznaczania alergenów.
- Rozumieć korzyści płynących ze skutecznego zarządzania alergenami i ich oznaczania.
- Określić rolę poszczególnych osób i całego zespołu w zapewnianiu bezpieczeństwa związanego z alergenami w zakładzie spożywczym.
- Podać przykłady kontroli alergenów i dobrych praktyk.

## CO TO SĄ ALERGENY?

Można powiedzieć, że działamy w branży alergenów. Ryby, skorupiaki (kraby i homary) itp. oraz mięczaki (małże, ostrygi, kalmary itp.) są uznanymi alergenami.

Lecz to tylko trzy z 14 alergenów uznawanych w Wielkiej Brytanii. Co pozostałe 11 ma wspólnego z surowcami i gatunkami, które składają się na przemysł owoców morza?

Alergen pokarmowy to coś, co powoduje lub wywołuje alergię pokarmową. Alergen pokarmowy to zazwyczaj białko, na które reaguje układ odpornościowy organizmu, uważając je za zagrożenie. Nie jest to też zwykła reakcja – reakcja ta zazwyczaj jest niezwykle silna i wymaga bardzo niewielkiej ilości alergenu, aby wywołać duże dolegliwości u danej osoby.

Nie wszyscy, a nawet nie większość ludzi zostanie dotknięta alergenem, ale dla tej niewielkiej liczby ludzi, którzy zostaną dotknięci alergenami, skutki mogą być katastrofalne.

Łagodna reakcja może powodować swędzenie, pokrzywkę, obrzęk warg itp. Skutki te same w sobie mogą być wystarczająco nieprzyjemne. Poważniejsza reakcja może jednak zagrażać życiu, prowadząc do śmiertelnego wstrząsu i niewydolności oddechowej. Taka poważna reakcja jest zwykle nazywana reakcją anafilaktyczną (anafilaksja).

## ALE JAKIE JEST 14 ALERGENÓW?

14 alergenów to:

- seler (występujący w sosie pomidorowym niektórych marek),
- zboża zawierające gluten (takie jak pszenica, żyto, jęczmień i owies),
- jaja,
- ryby,
- mięczaki (takie jak małże i ostrygi),
- skorupiaki (takie jak krewetki, kraby i homary),
- łubin,
- mleko,
- gorczyca,
- orzeszki ziemne,
- sezam,
- soja,
- dwutlenek siarki i siarczyny (powyżej 10 części na milion),
- orzechy z drzew orzechowych (takie jak migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy brazylijskie, orzechy nerkowca, pekan, pistacje i orzechy makadamia).

Dwa znane nam przypadki ilustrują, jak ostrożni musimy być:

Przypadek 1: konsument uczulony na skorupiaki, ale nie na ryby, ucierpiał po zjedzeniu kurka. Albo podczas filetowania, albo w sposób naturalny w wyniku trawienia – do mięsa kurka dostało się białko skorupiaków, które stanowiły jego naturalną dietę. Reakcja alergiczna konsumenta była na szczęście łagodna.

Przypadek 2: na linii produkcyjnej dokonano zmiany z etykiety potrawy zawierającej alergen na taką, która go nie zawierała. Standardową procedurą było czyszczenie sprzętu do etykietowania między zmianami, ale z jakiegoś powodu tego nie zrobiono.

Doszło do zanieczyszczenia niewielkiej liczby etykiet opakowaniowych niezawierających alergenów, co wystarczyło do wywarcia negatywnego wpływu na jednego klienta.



Istnieją procesy i procedury, które umożliwiają firmom z branży owoców morza dalsze dostarczanie ich wolnych od innych znanych alergenów.

Pokrótkie omówimy je w dalszej części tego rozdziału.

Wszystkie osoby, które potrzebują bardziej szczegółowego szkolenia w tym zakresie, mogą wziąć udział w kursie szkoleniowym Seafish dotyczącym zarządzania alergenami pokarmowymi.

Ten krótki film Agencji ds. norm żywnościowych zawiera bardzo dobre wprowadzenie do alergenów.

## PRZEPISY I REGULACJE ZWIĄZANE Z ALERGENAMI

Ryzyko dla reputacji firmy jest ważnym powodem, dla którego warto postępować właściwie. Co więcej, istnieją pewne przepisy i regulacje, które mogą mieć poważny wpływ na firmę, jeśli nie zapewni się klientom bezpieczeństwa i odpowiednich informacji na temat alergenów.

### Co to za przepisy?



Reputacja i przepisy prawa są ważne, ale najważniejszy jest ten prosty fakt: bez szybkiej i odpowiedniej interwencji medycznej u osoby cierpiącej na reakcję alergiczną na coś, co wyprodukowała i/lub sprzedała Twoja firma, może dojść do jej zgonu.

Istnieje pięć mających zastosowanie kluczowych brytyjskich ustaw i regulacji. Cztery z nich mają bardziej ogólny charakter, ale ostatni jest najbardziej szczegółowy.

- Ustawa o bezpieczeństwie żywności z 1990 r. (Food Safety Act 1990)
- Ogólne przepisy dotyczące żywności z 2004 r. (General Food Regulations 2004)
- Przepisy dotyczące informacji na temat żywności z 2014 r. (Food Information Regulations 2014)
- Informacje na temat żywności dla konsumentów 2014 (Food Information for Consumers 2014)
- Prawo Natashy – żywność pakowana do sprzedaży bezpośredniej (Food Pre-Packed for Direct Sale, PPDS)

Przyjrzyjmy się pokrótce „Prawu Natashy”

Pełne imię i nazwisko Natashy to Natasha Ednan-Laperouse. Natasha zmarła w 2016 roku w wyniku reakcji alergicznej na nasiona sezamu w bagietce.

Jej przypadek zaowocował wprowadzeniem zasad etykietowania PPDS, które mają zastosowanie w przypadku sprzedaży pakowanej żywności oferowanej do sprzedaży w tym samym lokalu. Zasady te wymagają przestrzegania następujących kroków. Opakowanie musi zawierać następujące elementy:

- Nazwa żywności.
- PEŁNA lista składników.
- Każdy z 14 zawartych alergenów musi być wyróżniony na liście składników na opakowaniu jednostkowym.
- Tekst musi być czytelny, a czcionka powyżej minimalnego rozmiaru.

Dotyczy to wszystkich produktów pakowanych, nawet bułki zapakowanej w zwykłą papierową torebkę i zaklejonej, przygotowanej do zakupu przez klienta w późniejszym czasie.

Ta zasada nie ma zastosowania w sytuacji, gdy obsługa sklepu wkłada kupowaną przez klienta bułkę do torebki w celu umożliwienia zabrania jej ze sobą.

## **KORZYŚCI PŁYNĄCE ZE SKUTECZNEGO ZARZĄDZANIA ALERGENAMI I ICH OZNACZANIA**

### **Co to jest skuteczne oznaczanie alergenów?**

Alergeny będące składnikami produktu muszą być wyraźnie oznaczone na etykietach jako składnik.

Informacje na temat alergenów, które mogły wejść w kontakt z produktem lub opakowaniem produktu, również mogą być przekazywane konsumentowi za pomocą ostrzeżenia, takiego jak „może zawierać orzechy”.

Nadużywanie i niewłaściwe używanie frazy „może zawierać” sugeruje, że alergeny w danej firmie produkcyjnej nie są odpowiednio kontrolowane lub nawet dana firma nie ma nad nimi kontroli.

Jak uniknąć takiej sytuacji?

### **Skuteczne zarządzanie alergenami**

Jednym z podejść do skutecznego zarządzania alergenami jest traktowanie ich jako kolejnego zagrożenia dla bezpieczeństwa żywności i stosowanie zasad HACCP.

Segment ósmy zawiera bardziej szczegółowy opis HACCP. Seafish oferuje również podstawowy program e-learningowy na temat HACCP, do którego można podejść po ukończeniu tego programu.

Podsumowując podejście HACCP do zarządzania alergenami:

- Dodaj alergeny do zagrożeń w planie HACCP.
- Opracuj, dostosuj i wykorzystaj warunki wstępne i zasady do zarządzania tymi zagrożeniami.
- W razie potrzeby wprowadź odpowiedni krytyczny punkt kontroli, jeśli warunki wstępne są niewystarczające do usunięcia zagrożenia lub zarządzania nim.

Oprócz HACCP lub planu zarządzania bezpieczeństwem żywności, firma może wymagać przyjęcia oddzielnego planu kontroli alergenów w przypadku wystarczającego poziomu ryzyka.

Jeśli Twoja firma przetwarza lub wytwarza produkty z owoców morza, może skorzystać z kursu Seafish (zdalnego) w zakresie zarządzania alergenami pokarmowymi.

### **Korzyści skutecznego oznaczania i zarządzania**

Mówiąc dosadnie: właściwe postępowanie oznacza, że Ty jako osoba fizyczna i Twoja firma / Twój pracodawca jesteście mniej narażeni na:

- zabicie kogoś;
- wywołanie u kogoś poważnej choroby;
- oskarżenie, ukaranie grzywną i osadzenie w więzieniu;
- utratę klientów;
- podwyższenie składek ubezpieczeniowych lub odmowę ubezpieczenia.

## **ROLA POSZCZEGÓLNYCH OSÓB I CAŁEGO ZESPOŁU**

Przepisy dotyczące żywności stanowią, że poszczególne osoby powinny zostać przeszkolone w zakresie alergenów odpowiednio do ich ról i obowiązków.

Ten moduł jest odpowiedni dla osób mających kontakt z żywnością, pod warunkiem, że otrzymają one dodatkowe wskazówki od swojego pracodawcy.

Osoba pełniąca rolę nadzorczą potrzebuje dodatkowego szkolenia, takiego jak program e-learningowy Podstawy REHIS HACCP.

Osoba pełniąca rolę techniczną lub kierowniczą może skorzystać z naszego kursu szkoleniowego dotyczącego zarządzania alergenami pokarmowymi, a także programów szkoleniowych dotyczących bezpieczeństwa żywności i/lub HACCP na wyższym poziomie.

Rolą poszczególnych osób jest przestrzeganie procedur i procesów określonych przez pracodawcę oraz zgłaszanie wszelkich odchyłeń lub wątpliwości natychmiast po ich wystąpieniu.

Na przykład: Twoim zadaniem jest wyprodukowanie sosu pomidorowego na gotowe do spożycia danie. Skończył Ci się przecier pomidorowy i w niedługim czasie dotarła nowa dostawa. Marka przecieru jest inna i nie jest ona wymieniona w dokumentacji dotyczącej surowców produkcyjnych.

Czy jest bezpieczny? Czy zawiera jakiegokolwiek alergeny? Czy został zatwierdzony poprzez „kontrolę alergenów”?

Nie wszystkie przeciery pomidorowe są takie same. Niektóre mogą zawierać seler – uznany alergen. Twoją rolą w tym przypadku jest zadanie właściwego pytania właściwej osobie, aby upewnić się co do tego, czy ktoś w zespole nie popełnił błędu.

W takich okolicznościach nie jest bezpiecznie polegać na kimś innym, aby upewnić się, że wszystko jest w porządku. Lepiej, aby każdy był czujny, zadawał pytania i brał odpowiedzialność, aby zapewnić, że nikt nie popełni błędu.

Nie zrozum tego źle. Niezbędna jest tu dobra praca zespołowa, podobnie jak w każdym aspekcie prowadzenia działalności związanej z owocami morza, lecz alergeny są zbyt niebezpieczne, by polegać wyłącznie na zespole.

Każdy z nas musi osobiście zadbać o to, by alergeny nie zanieczyszczały naszych produktów, a wszystkie alergeny, które znajdują się w koktajlu krewetkowym, były odpowiednio oznaczone i aby klient o nich wiedział.

## **KONTROLE ALERGENÓW I DOBRE PRAKTYKI**

Nie są to wyczerpujące listy firm z branży spożywczej. Aby dowiedzieć się więcej o tym, jak prowadzić kontrolę alergenów w produkcji żywności, handlu

detalicznym lub branży hotelarsko-gastronomicznej, członkowie kadry kierowniczej powinni wziąć udział w naszym programie szkoleniowym dotyczącym zarządzania alergenami pokarmowymi.

## Branża hotelarsko-gastronomiczna i handel detaliczny

- Jeśli nie możesz zagwarantować, że produkt jest w 100% wolny od alergenów, nie składaj takiego oświadczenia.
- Nie należy jednak polegać na stwierdzeniu „może zawierać” jako ogólnym zabezpieczeniu, ponieważ może to podważyć wartość etykiet ostrzegawczych.
- Szkol i edukuj cały personel.
- Przekazuj klientom jasne informacje na kartach menu i opakowaniach oraz zadawaj niezwykle ważne pytanie: „czy jest Pan/Pani na coś uczulony(-a) lub potrzebuje Pan/Pani informacji o alergenach”?
- Zapewnij oddzielne przygotowywanie i przechowywanie produktów, aby uniknąć zanieczyszczenia krzyżowego.
- Bądź świadomy zawartości składników, sprawdzaj dostawców i pamiętaj, że dostarczane składniki mogą ulec zmianie, w związku z czym poznaj każdy element składowy swoich składników.
- Przeprowadzaj regularne kontrole i audyty.
- Przygotuj plan na wypadek, gdyby coś poszło nie tak:
  - Jeśli klient dozna wstrząsu anafilaktycznego – co zrobisz w ciągu pierwszych 45 sekund?
  - Jakie są kroki w przypadku wykrycia zanieczyszczenia alergenami w miejscu przechowywania produktów?



## Przetwarzanie i produkcja

- Podczas opracowywania nowego produktu ogranicz stosowanie alergenów.
- Staraj się nie zmieniać składu produktu, ponieważ jest to okazja do wprowadzenia kolejnego alergenu.
- Zadbaj o to, aby układ urządzeń umożliwiał łatwe czyszczenie.
- Upewnij się co do tego, że dokładnie wiesz, co składa się na Twoje produkty – wymaga to uzyskania pełnych informacji od dostawców i współpracy z ich strony.
- Kluczowe znaczenie ma oznaczanie. Czy jest ono:
  - Wyraźnie czytelne i dokładne?
  - Weryfikowane i poprawiane za każdym razem, gdy zmieniają się składniki, nawet jeśli zmiana jest tymczasowa?

- Nie używaj stwierdzenia „może zawierać” jako substytutu słabej kontroli alergenów.
- Pozwól, aby produkcja wspierała bezpieczeństwo żywności.
  - Dłuższe serie produkcyjne minimalizują liczbę zmian.
  - Zaplanuj serie tak, aby zminimalizować ryzyko zanieczyszczenia krzyżowego.
  - Zapewnij wystarczającą ilość czasu na skuteczne czyszczenie między seriami produkcyjnymi.
- Wdróż skuteczne systemy czyszczenia
  - Szkol personel
  - Zapewnij wystarczającą ilość czasu.
  - Testuj powierzchnie styku.
- Szkol personel.



## PODSUMOWANIE

Alergeny nie wpływają na wszystkich, ale mogą być śmiertelne dla tych, którzy są na nie podatni.

Obecnie w Wielkiej Brytanii istnieje 14 uznanych alergenów. Pamiętasz je?

Kluczowe znaczenie mają informacje. Najważniejsza jest wiedza o tym, jakie alergeny znajdują się w produkowanej i sprzedawanej przez Ciebie żywności. Równie ważna jest wiedza o tym, jakie alergeny znajdują się w spożywanej przez Ciebie żywności. Jasna komunikacja (w tym oznaczanie) jest wymagana prawem.

Niezbędne jest konsekwentne stosowanie i regularne weryfikowanie kontroli.