

SPUGNA DA CUCINA

“La contaminazione batterica non è sempre visibile, odorosa o percepibile”



Le spugne da cucina tradizionali ("spugne per pentole") non solo ospitano numerosi tipi di germi comuni, ma possono anche contenere batteri patogeni come *Salmonella* o *Escherichia coli*. Questi batteri possono colonizzare e moltiplicarsi nelle spugne e poi essere trasferiti su altre superfici della cucina. Recenti studi tedeschi hanno evidenziato che, sorprendentemente, le spugne non mostravano segni esteriori di colonizzazione batterica: non presentavano cambiamenti evidenti di odore né apparivano visibilmente sporche o viscide. Questo rende ancora più importante cambiare regolarmente le spugne per prevenire le infezioni domestiche.

Molte malattie di origine alimentare hanno origine nelle abitazioni private e non sempre si risolvono con uno o due giorni di malessere; tali infezioni possono essere particolarmente pericolose per i gruppi vulnerabili, come gli anziani, i bambini piccoli e le persone con patologie preesistenti.

Secondo l'Organizzazione mondiale della sanità (OMS), si stima che ogni anno si verifichino circa **600 milioni** di casi di malattie di origine alimentare in tutto il mondo. I focolai con molteplici casi, originati in cucine commerciali o esercizi di ristorazione, sono particolarmente noti e documentati. Tuttavia, gli esperti affermano che anche le cucine domestiche sono una frequente fonte di infezione. Ciò può avvenire, ad esempio, quando i germi si diffondono durante la preparazione di alimenti contaminati, come il pollo, a causa di un'igiene inadeguata in cucina.

Perché le spugne favoriscono la crescita batterica

Le spugne utilizzate in cucina, a causa della loro superficie porosa e dell'umidità che contengono, diventano un terreno fertile ideale per i batteri. I residui di cibo intrappolati nelle spugne fungono da “nutrimento”, fornendo gli elementi necessari alla crescita batterica. Questo spiega perché le spugne da cucina vengono in genere colonizzate da numerosi tipi di germi poco dopo il primo utilizzo.

È inoltre risaputo che il numero di germi presenti nelle spugne è generalmente più elevato rispetto a quello rilevato su altre superfici della cucina, come il lavello o i taglieri.



Cosa ha mostrato lo studio

In un recente studio, ricercatori tedeschi hanno dimostrato che i germi patogeni possono colonizzare anche le spugne. Hanno applicato alle spugne soluzioni contenenti *Escherichia coli* e *Salmonella*, importanti patogeni di origine alimentare, in diverse concentrazioni. Inoltre, alcune spugne sono state inumidite con una soluzione contenente *Staphylococcus aureus*. Questo batterio può produrre tossine in grado di causare intossicazioni alimentari. I risultati hanno mostrato che tutti i batteri testati si sono moltiplicati considerevolmente in pochi giorni, partendo da concentrazioni relativamente basse, e sono stati in grado di sopravvivere anche per diversi giorni all'essiccazione. Ulteriori esperimenti hanno dimostrato che anche una leggera pressione è sufficiente a trasferire i germi dalle spugne a una superficie. In definitiva, i batteri possono entrare in contatto diretto con il cibo e, se quest'ultimo viene consumato senza ulteriore riscaldamento, causare malattie di origine alimentare; a volte anche concentrazioni molto basse sono sufficienti perché ciò accada.

Quando sostituire la spugna

Molti consumatori decidono quando cambiare le spugne in base al loro aspetto o odore. Tuttavia, si tratta di indicatori molto inaffidabili, poiché i ricercatori non hanno riscontrato cambiamenti evidenti nelle spugne testate, nemmeno in presenza di un'elevata carica batterica. La frequenza con cui le spugne dovrebbero essere sostituite dipende, tra le altre cose, dal loro utilizzo.

INDICAZIONI PRATICHE

- Se la spugna è stata utilizzata per pulire superfici venute a contatto con carne cruda, dovrebbe essere gettata via subito dopo.
- In alternativa, la carica batterica può essere ridotta trattando la spugna con acqua a una temperatura superiore a 70 °C per almeno due minuti.
- Le spugne da cucina dovrebbero essere sostituite più frequentemente, soprattutto in ambienti frequentati da persone con un sistema immunitario indebolito, come persone malate, bambini o anziani.
- Spazzole e panni in microfibra rappresentano valide alternative alle spugne da cucina, poiché studi precedenti hanno dimostrato che presentano una carica batterica inferiore.

Spazzole e panni in microfibra si asciugano più velocemente; le prime possono essere lavate in lavastoviglie, i secondi in lavatrice. Per ridurre efficacemente la carica batterica, si consiglia di utilizzare programmi con temperature di almeno 60 °C.

Rassegna scientifica a cura del dott. Aldo Benevelli

Direttore del Dipartimento di Prevenzione - ASL Roma 3