



CARTILHA DO MANIPULADOR DE ALIMENTOS

Padroniza
Segurança de Alimentos

SUMÁRIO

Conceitos gerais e como evitar contaminações.....	03
Higiene pessoal.....	09
Higiene dos alimentos.....	12
Higiene do ambiente.....	14
Higiene das instalações, equipamentos e utensílios	16
Recebimento dos alimentos.....	20
Armazenamento dos alimentos.....	22
Preparação dos alimentos.....	26
Referências.....	32

1- CONCEITOS GERAIS E COMO EVITAR CONTAMINAÇÕES



Quem é o Manipulador de Alimentos?

O manipulador de alimentos é o profissional que tem contato direto ou indireto com alimentos em diversas etapas, como produção, venda, transporte, recebimento, preparo ou serviço.



O que é contaminação?

É qualquer elemento estranho que não faça parte do alimento. O ser humano carrega microrganismos por todo o seu corpo como nas mãos, pele, suor, o que é natural. Por meio de contato direto ou condições inadequadas de temperaturas, instalações, utensílios e equipamentos, é possível transmitir microrganismos para o alimento, contaminando-o e causando doenças a quem o ingere.



O que são os Microorganismos?

São pequenos e microscópicos corpos impossíveis de serem observados a olho nu (só podem ser vistos através de microscópios). Podem ser encontrados em grandes quantidades, por toda parte: nos seres humanos, na água, no solo e até no ar, podendo causar doenças.



Como ocorre a contaminação dos alimentos? A contaminação dos alimentos se dá através de agentes contaminantes de várias origens, conforme as imagens abaixo:



Física

- Cabelo na comida;
- Pedra na comida;
- Parafuso na embalagem de comida.



Química

- Produtos de limpeza perto de alimento;
- Inseticidas.



Biológica

- Fungos;
- Vírus e bactérias.



Ambiental

- Fezes, urina, pelos e secreções de roedores e incidência de insetos.



CONTAMINAÇÃO DIRETA

A contaminação direta acontece quando o manipulador contaminado entra em contato com o alimento, seja por falta de higienização adequada das mãos, tosse ou espirro.



CONTAMINAÇÃO INDIRETA

Ocorre através do contato do alimento com material humano (fezes ou urina) que é levado por insetos (moscas e baratas), roedores ou utensílios mal higienizados.



O QUE É INTOXICAÇÃO ALIMENTAR?

A intoxicação alimentar é uma doença resultante da ingestão de alimentos contaminados. Seus sintomas, como náuseas, vômitos, dores abdominais e diarreia, geralmente se manifestam entre 1 e 36 horas após o consumo e podem durar de 1 a 7 dias.

COMO EVITAR A CONTAMINAÇÃO DOS ALIMENTOS?

É necessário cuidar, tanto da higiene pessoal, como dos alimentos, do ambiente de trabalho, dos utensílios, bem como é preciso ter atenção no armazenamento correto dos alimentos. Com esses cuidados é possível evitar as principais fontes de contaminação.

CONTAMINAÇÃO POR SUBSTÂNCIAS TÓXICAS

Também conhecida como contaminação química, acontece quando produtos químicos, como os utilizados na higienização do ambiente de trabalho entram em contato com o alimento ou até mesmo pela contaminação por agrotóxicos, ainda no cultivo. Também pode acontecer este tipo de contaminação quando as frutas, legumes e hortaliças não são bem enxaguados após higienização com água sanitária.

Produtos de limpeza como água sanitária, desinfetantes, desodorizantes, detergentes, sabão em pó, ceras, multiuso, pastas e saponáceos podem conter substâncias tóxicas como cloro, amônia, soda cáustica, entre outros. Tais produtos, se utilizados incorretamente ou misturados entre si, podem causar sérios danos à saúde dos manipuladores.

Outros produtos como inseticidas, raticidas, solventes, colas, tintas e vernizes também podem ocasionar graves intoxicações se inalados, ingeridos acidentalmente ou se houver contato manual direto. Em casos mais graves estes produtos podem levar à morte.

COMO EVITAR A CONTAMINAÇÃO POR SUBSTÂNCIAS TÓXICAS

- Manter os produtos de limpeza armazenados em locais próprios e longe dos alimentos;
- Ao fazer uso destes produtos, usar luvas de borracha;
- Sempre que utilizar um destes produtos certificar-se de que não há alimentos por perto nem tampouco estão sendo manipulados;
- Em caso de manipulação de alimentos e lavagem de utensílios, certificar-se de que ambos não estão no mesmo espaço, para não haver contaminação do alimento, através de detergente ou sabão;
- Seguir as instruções de lavagem de mãos;
- Em hipótese alguma fazer limpeza e manipular/preparar alimentos ao mesmo tempo;
- Enxaguar bem os alimentos após a higienização com água sanitária, conforme orientado.

HIGIENIZAÇÃO DAS INSTALAÇÕES

A primeira etapa da higienização (limpeza) consiste em remover as substâncias visíveis indesejáveis como terra, poeira, gordura, restos de comida e outras sujidades, utilizando-se água potável e sabão ou detergente. Em seguida é feita a sanitização, com produtos químicos como o cloro e o álcool.

De maneira geral, os procedimentos de higienização do ambiente deverão ser realizados:

- No início do trabalho;
- Depois de cada uso;
- Quando começar o trabalho com outro tipo de alimento;
- Em intervalos periódicos, se os utensílios estiverem em uso constante.

Todos os produtos de higienização devem ser regularizados pelo Ministério da Saúde (MS) e utilizados de acordo com as instruções do fornecedor. Deverão ser armazenados em local apropriado e de fácil acesso a todos os manipuladores e sua reposição deverá ser feita sempre que necessário.



A diluição dos produtos de higienização, tempo de contato, modo de uso e aplicação devem obedecer às instruções recomendadas pelo fabricante.

Vassouras, rodos, baldes, escovas e outros equipamentos utilizados na higienização do ambiente não deverão ser aproveitados para higienizar utensílios e superfícies que entram em contato com o alimento, mas sim, fibraços e esponjas macias. A periodicidade de reposição desses produtos deverá ser de acordo com a necessidade.

Todos os utensílios de limpeza deverão ser mantidos limpos, em bom estado de conservação e armazenados adequadamente.

2- HIGIENE PESSOAL

É importante manter hábitos saudáveis com o próprio corpo para preservar não só a sua saúde, mas também a das outras pessoas.



Cuidados básicos de higiene pessoal

- Tomar banho todos os dias, antes de dormir e uma ducha ao acordar;
- Manter as unhas limpas, curtas e sem esmalte;
- Escovar os dentes, no mínimo três vezes ao dia e sempre após as refeições;
- Usar desodorante sem perfume;
- Não utilizar maquiagem no ambiente de trabalho;
- Manter roupas e uniformes limpos;
- Usar sempre sapatos fechados e limpos;
- Não usar anéis, aliança, relógio, brincos, colares, pulseiras e outros adornos, pois contêm sujidades que podem contaminar os alimentos;
- Manter os cabelos limpos e completamente protegidos com rede ou touca;
- Em caso de ferimentos nas mãos, nesta situação, o manipulador deve ser direcionado para o desempenho de outra função em que não haja contato com os alimentos, até completa cicatrização do ferimento.



QUANDO LAVAR AS MÃOS?

- Ao chegar e ao sair do trabalho;
- Antes de preparar os alimentos;
- Após usar o banheiro;
- Após mexer com lixos e restos alimentares;
- Após manusear máscaras ou mexer nos cabelos;
- Após assoar o nariz ou espirrar;
- Antes e após as refeições;
- Após fumar;
- Após manusear o celular;
- Toda vez que mudar de atividade.



O uso de luvas não substitui a lavagem de mãos!

PROCEDIMENTO OPERACIONAL PADRONIZADO: LAVAGEM DAS MÃOS

Materiais necessários:

- Pia com fluxo de água;
- Sabonete líquido;
- Papel toalha.



Abra a torneira e molhe as mãos, evitando encostá-las na pia.



Aplique o sabonete para cobrir toda a superfície das mãos, friccionando as palmas entre si.



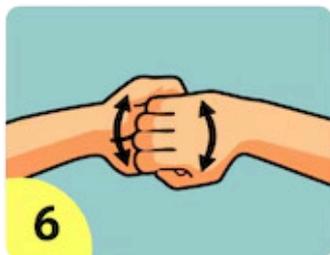
Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda (e vice versa), entrelaçando os dedos.



Entrelace os dedos palma com palma e fricção os espaços interdigitais.



Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimentos de vai e vem.



Esfregue o polegar direito com auxílio da palma da mão esquerda (e vice versa), utilizando movimento circular.



Esfregue em movimentos circulares as polpas digitais e as unhas para frente e para trás de uma mão na palma da outra.



Esfregue o punho esquerdo com auxílio da palma da mão direita (e vice versa), utilizando movimento circular.



Enxague as mãos com água, retirando resíduos de sabonete.



Seque as mãos com papel toalha descartável, iniciando pelas mãos e seguindo pelos punhos.



Utilize o papel toalha para fechar a torneira, se esta não for automática.



Agora suas mãos estão limpas e seguras.



Se tiver disponível álcool 70%, passe-o nas mãos e antebraço e deixe secar naturalmente.

3- HIGIENE DOS ALIMENTOS

Ao proceder à higienização dos alimentos, o manipulador deverá utilizar vasilhames e utensílios próprios, bem lavados e esterilizados. Nunca utilizar utensílios de madeira. O local de preparo dos alimentos deve ser arejado, fácil de ser limpo, com piso e paredes impermeáveis, ter água em quantidade suficiente, telas nas janelas e portas para evitar a entrada de insetos, possuir boa iluminação para evitar acidentes e para possibilitar o desenvolvimento adequado das atividades de manipulação de alimentos.



Higienize verduras, legumes e frutas com solução de 1 colher de sopa de água sanitária para 1 litro de água, deixando de molho por 15 minutos. Em seguida, enxágue em água corrente para eliminar microrganismos e larvas.



Conservar os alimentos sempre cobertos, para protegê-los da ação de insetos.



Cozinhar muito bem os alimentos. A temperatura adequada é de 74°C no centro do alimento, pois mata e evita o crescimento de microrganismos.



Não falar, cantar, tossir ou espirrar em cima dos alimentos.



Nunca prove alimentos com os dedos ou o mesmo utensílio usado na preparação. Sempre utilize um utensílio limpo.

3- HIGIENE DOS ALIMENTOS



Alimentos que tenham caído no chão devem ser sempre jogados fora.



Nunca utilizar alimento estragado ou vencido.



Alimentos preparados devem ser servidos imediatamente para evitar a multiplicação de microrganismos, não deixando-os em temperatura ambiente por muito tempo.



Não varrer o chão com vassoura. Limpe com um pano úmido para melhor higiene.



Não permitir a circulação de pessoas estranhas na área de manipulação e depósito.

4- HIGIENE DO AMBIENTE

Cuidados básicos com o ambiente:

- Deve existir separação entre diferentes atividades por meios físicos (paredes, divisórias) ou outros meios eficazes de forma a evitar a contaminação cruzada;
- As instalações físicas como piso, parede, teto e equipamentos, devem possuir revestimento liso, impermeável e lavável;
- Toda a estrutura física deve ser mantida íntegra e conservada livre de rachaduras, trincas, goteiras, vazamentos, infiltrações, bolores, descascamentos, dentre outros, para não transmitir contaminantes aos alimentos;
- As áreas internas e externas do estabelecimento devem estar livres de objetos em desuso ou estranhos ao ambiente;
- As instalações sanitárias e os vestiários não devem se comunicar diretamente com a área de preparação e armazenamento de alimentos ou refeitórios;
- Devem existir lavatórios exclusivos para a higiene das mãos na área de manipulação, em posição estratégica com relação ao fluxo de preparo de alimentos;
- Todas as superfícies que entram em contato com os alimentos devem ser sempre limpas, para manter o local livre de poeira, sujeiras e restos de alimentos;
- A limpeza deve começar por lugares mais altos e ir descendo até o piso.

CUIDADOS BÁSICOS DE HIGIENE

- Não é permitida a presença de animais;
- Utilizar panos específicos para a limpeza do piso. Após utilizá-los, lavar em água e sabão fora da área de manipulação;
- Sempre depois de terminar o trabalho de cada dia, limpar os pisos, os ralos e as paredes das áreas de processamento dos alimentos;
- Ao utilizar produtos químicos na limpeza, seguir o modo de uso expresso no rótulo e observar se há registro no Ministério da Saúde. Caso contrário, não utilizar o produto;
- No preparo de qualquer tipo de solução de limpeza, adicionar o produto ativo na água (não o inverso) e sempre respeitar as diluições. Assim como o detergente, que deve ser colocado na esponja e não a esponja imersa no detergente;
- Não misturar produtos de limpeza como detergentes e desinfetantes, a não ser quando preparados industrialmente pelos próprios fabricantes;
- Manter os produtos de limpeza nas embalagens originais, que não devem ser reaproveitadas;
- Utensílios de limpeza usados nos vestiários e banheiros não devem ser utilizados nos locais de manipulação de alimentos, devendo ser exclusivos e identificados;
- Não utilizar panos de chão como “tapetes”.

5-HIGIENE DAS INSTALAÇÕES, EQUIPAMENTOS E UTENSÍLIOS



Passos para a higienização dos ambientes

- Recolher os resíduos maiores com pás ou similares;
- Lavar com água e sabão e ou detergente e esfregar bem;
- Enxaguar - para retirar todos os resíduos de sabão e sujidades;
- Secar paredes, bancadas e pias e puxar a água do piso com rodo;
- Desinfetar pisos e paredes com água sanitária (observar a diluição na embalagem) e álcool 70% em pias e bancadas, o que dispensa enxágue;
- Deixar secar naturalmente (Preencher planilha de limpeza diariamente).



Não varrer a seco os pisos das áreas de manipulação!



Limpeza das paredes

DIARIAMENTE:

- Lavar as paredes da produção na altura das bancadas.

SEMANALMENTE:

- Lavar até o teto com água, detergente e escova;
- Finalizar com pano descartável e solução clorada (observar diluição do rótulo);
- Fazer a desinfecção com água clorada esperar, no mínimo, 2 minutos para retirada do produto. Caso não seja possível realizar a desinfecção com água clorada, utilizar álcool 70%;
- Deixar secar naturalmente.



Pisos e rodapés

- Limpar uma ou mais vezes ao dia, de acordo com a necessidade;
- Recolher os resíduos;
- Lavar com água e detergente;
- Enxaguar bem com água corrente, preferencialmente quente;
- Fazer a desinfecção imergindo ou banhando por 15 minutos em água clorada ou álcool 70%;
- Deixar secar naturalmente.



Janelas, Portas e Telas

DIARIAMENTE:

- Limpar e desinfetar as maçanetas das portas.

SEMANALMENTE:

- Lavar com água e detergente;
- Esfregar com escova e se necessário enxaguar.



Luminárias: interruptores, tomadas e outros

- Limpar com pano umedecido em água e detergente;
- Esfregar com escova quando necessário;
- Remover o detergente com pano descartável e água;
- Secar.



Bancadas e Mesas de apoio

- Lavar com detergente;
- Retirar o detergente das bancadas usando rodo exclusivo;
- Enxaguar bem em água corrente (preferencialmente quente);
- Enxaguar as superfícies que entram em contato com os alimentos;
- Fazer a desinfecção imergindo ou banhando por 15 minutos em água clorada ou fazer uso de álcool 70% e esperar 2 minutos para total evaporação;
- Deixar secar naturalmente e usar rodo.



Ralos

- Recolher os resíduos acumulados;
- Lavar com água e detergente;
- Enxaguar com solução clorada e esperar, ao menos, 2 minutos para utilizar o ralo novamente.



Teto ou Forro

- Lavar e enxaguar manualmente ou com máquina própria para este fim.



Equipamentos

- Lavar o fogão todos os dias com água e sabão;
- Evitar abrir a geladeira com frequência;
- Descongelar a geladeira sempre que houver necessidade;
- Limpar a geladeira uma vez por semana;
- Batedeiras e liquidificadores devem ser sempre desmontados e lavados após o uso.



Utensílios

- Lavar os utensílios na seguinte ordem: canecas e copos, os talheres, os pratos e as panelas;
- Remover os restos com uma colher ou espátula, esfregando os utensílios um a um com esponja e sabão e enxaguar em água corrente;
- Desinfetar com álcool 70%.





6- RECEBIMENTO DOS ALIMENTOS

- O veículo de entrega deve estar em boas condições de higiene e conservação e, os produtos que necessitam de refrigeração acondicionados em veículo com câmara refrigerada (aproximadamente 4°C a 7°C) e os produtos congelados em veículo com unidade frigorífica (temperatura com tolerância de -12°C, nunca superior);
- A qualidade dos gêneros entregues: negar-se a receber produtos fora do especificado;
- A temperatura dos alimentos, fazendo o registro em formulário apropriado (controle de recebimento de alimentos). Caso a temperatura no recebimento esteja acima do recomendado, o produto não deve ser recebido;
- Os ovos frescos devem apresentar casca sem rachaduras, áspera, clara, fosca e espessa em embalagens apropriadas;
- O leite deve estar em embalagens limpas, íntegras e apropriadas para seu acondicionamento;
- As hortaliças e frutas devem estar íntegras, firmes, sem traços de descoloração ou manchas. Devem ser isentas de odores estranhos, de insetos, larvas e fungos.
- Os grãos devem estar secos, isentos de impurezas e de insetos;
- As farinhas e amidos devem estar livres de mofo e grumos;
- O açúcar deve estar em embalagens limpas e íntegras, jamais empedrado;

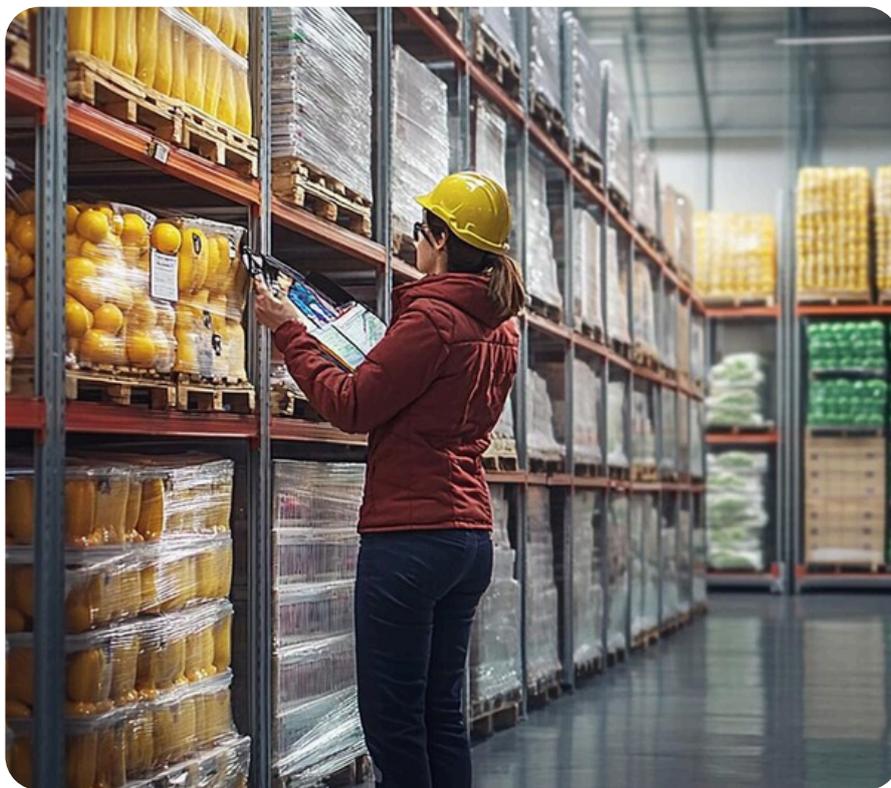
RECEBIMENTO DOS ALIMENTOS

- As embalagens de um modo geral devem se apresentar íntegras;
- Após o recebimento, os gêneros alimentícios devem ser retirados de suas embalagens secundárias (caixas e fardos), exceto produtos destinados ao consumo individual e alimentos acondicionados em embalagens tipo "pouch" que deverão permanecer em suas caixas originais;
- Não receber alimentos quando for constatada qualquer alteração na embalagem como umidade, perfuração, amassado, rasgo, ferrugem e outras coisas;
- Os alimentos enlatados não devem estar com as embalagens amassadas, abauladas, estufadas, com vazamento ou enferrujadas.



7- ARMAZENAMENTO DOS ALIMENTOS

As matérias-primas, os ingredientes e as embalagens devem ser armazenados em local limpo e organizado, de forma a garantir proteção contra contaminantes. Devem estar adequadamente acondicionados e identificados, sendo que sua utilização deve respeitar o prazo de validade.



- Os produtos devem ser armazenados sobre paletes, estrados e/ou prateleiras, respeitando-se o espaçamento mínimo necessário para garantir adequada ventilação, limpeza e, quando for o caso, desinfecção do local. Os paletes, estrados e ou prateleiras devem ser de material liso, resistente, impermeável e lavável (BRASIL, 2004);
- O depósito de alimentos deve ser próximo da cozinha, claro, arejado, e de preferência, longe dos banheiros. Também deve ter telas de proteção nas janelas e portas para evitar a entrada de insetos e roedores;
- O piso e as paredes devem ser lisos e mantidos sempre limpos;

ARMAZENAMENTO DOS ALIMENTOS

- As prateleiras ou estrados devem estar a 20 cm do chão e afastados das paredes, para facilitar a limpeza e evitar umidade;
- Os alimentos NUNCA devem ser armazenados diretamente no chão;
- Os alimentos devem ser separados por gêneros (arroz em uma prateleira, enlatados em outra, etc.);
- A data de validade dos alimentos deve ser observada com atenção, utilizando-se primeiramente os que estão com a data de vencimento mais próxima;
- O depósito deve ser higienizado e organizado diariamente;
- Materiais de limpeza, objetos de uso pessoal e outros utensílios deverão ser guardados em local separado dos alimentos;
- NUNCA utilizar alimentos vencidos;
- Todos os alimentos armazenados devem estar identificados com o nome do produto e seu prazo de validade;
- Ao identificar alterações nas características próprias de algum item, dentro das condições normais de armazenamento e dentro do prazo de validade, o gestor deve providenciar a retirada do produto do depósito e informar ao NRE correspondente os seguintes dados: nome do produto, marca, data de fabricação e validade, lote e o número de unidades alteradas. Deve-se aguardar orientação por escrito de como proceder em relação a estes alimentos.

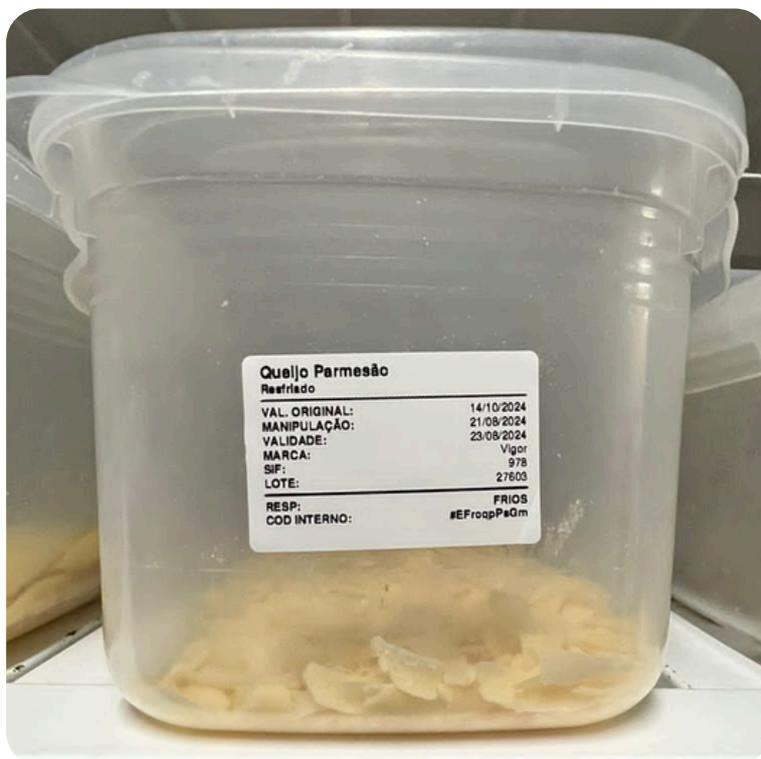
ARMAZENAMENTO DOS ALIMENTOS

Caso haja sobra de produtos nas embalagens, deve-se retirá-los das embalagens originais, guardar em recipientes plásticos transparentes com tampa ou em sacos plásticos transparentes (fechados) e etiquetá-los (indicando o nome do produto e do responsável, data de abertura e de validade).



É importante observar as informações do fabricante/produtor quanto à temperatura de armazenamento, data de validade do produto após aberto e outras informações pertinentes.

MODELO DE ETIQUETA



[Etiqueta gerada pelo sistema de emissão de etiquetas - Rótulo Ágil](#)

REFRIGERAÇÃO E CONGELAMENTO

Durante a refrigeração e o congelamento, os alimentos devem ser mantidos separados de acordo com sua natureza e forma de preparo:

- Produtos in natura (crus), sempre que possível, devem ser guardados em equipamentos de refrigeração distintos. Quando isto não for possível, guardá-los em prateleiras separadas: massas frescas, produtos cárneos, laticínios, frios e embutidos, verduras e legumes, frutas, temperos, etc;
- Produtos processados e/ou cozidos, prontos para consumo, devem ser mantidos separados entre si e dos produtos crus. Os processados, quando forem armazenados, devem ser colocados em prateleiras acima dos crus.



Alimentos descongelados não devem ser novamente congelados.

As temperaturas de armazenamento de produtos sob congelamento e sob refrigeração devem obedecer às recomendações dos fabricantes indicadas nos rótulos. Na ausência destas informações e para alimentos preparados no estabelecimento devem ser usadas as recomendações a seguir:

Critérios de uso de alimentos congelados e refrigerados

ALIMENTOS CONGELADOS	TEMPERATURA DE CONGELAMENTO	TEMPO MÁXIMO DE ARMAZENAMENTO
CARNES CRUAS OU COZIDAS, INCLUSIVE PESCADOS, SOBREMESAS E OUTROS PRODUTOS	DE 0°C a -5°C	ATÉ 10 DIAS
	DE -6°C a -10°C	ATÉ 20 DIAS
	DE -11°C a -18°C	ATÉ 30 DIAS
	ABAIXO DE 18°C	ATÉ 90 DIAS

8- PREPARAÇÃO DOS ALIMENTOS

PRÉ-PREPARO ALIMENTOS EM GERAL

- Observar se as características dos produtos e embalagens estão adequadas;
- Utilizar utensílios adequados na manipulação (exemplo: tábuas e colheres de polietileno, polipropileno ou atileno. **NÃO** utilizar tábuas ou colheres de madeira);
- Não deixar que os alimentos entrem em contato com os cabos dos utensílios ou outros pontos tocados pelas mãos;
- Manipular os alimentos sobre locais adequados, tais como bancadas de inox, tábuas de polietileno, polipropileno ou atileno;
- Higienizar as superfícies de trabalho, utensílios e equipamentos antes e depois de cada tarefa;
- Manter o ambiente limpo e seco durante a manipulação;
- Lavar em água corrente as embalagens impermeáveis antes de abri-las (exemplo: latas e pouch);
- Caso necessite manipular carnes e higienizar verduras no mesmo local e/ou utilizando os mesmos utensílios, é necessário que estes sejam lavados com água e sabão entre uma atividade e outra;



- Atentar para que não ocorra a contaminação cruzada entre os vários gêneros de alimentos durante a manipulação, o pré-preparo e preparo final;
- Manter os alimentos que serão utilizados para preparação, ou já prontos, em recipientes cobertos por tampas, filmes plásticos ou papéis impermeáveis.

8- PREPARAÇÃO DOS ALIMENTOS

ALIMENTOS ENLATADOS

- Verificar o prazo de validade, a integridade das embalagens (sem furos, violações, etc.) e as condições das latas, observando, antes de abri-las, se não apresentam vazamentos, ferrugens, estufamentos e amassados;
- Observar o interior da lata ao abri-la, antes de utilizar o produto. Verificar se não há sinais de corrosão das paredes internas, conteúdo turvo ou ácido, etc.

CARNES BOVINAS, AVES E PEIXES E EMPANADOS CONGELADOS

- Os produtos cárneos congelados possuem tecnologia de congelamento, dispensando descongelamento para o preparo, podendo ser retirados do freezer e levados diretamente à panela ou ao forno;
- No caso de sobra ainda congelada, deve-se retornar a embalagem novamente ao freezer, identificando-a corretamente e utilizando o produto restante dentro do prazo de validade;
- Todo alimento descongelado não pode ser congelado novamente.

VEGETAIS FOLHOSOS

- Desfolhar verduras e frutas antes de iniciar a lavagem e fazer uma seleção, descartando as folhas queimadas, feias e as partes estragadas;
- Lavar todas as folhas e legumes em água potável corrente, garantindo a limpeza e a retirada da sujeira e da terra que ficam aderidas;
- Fazer a desinfecção dos vegetais, deixando-os de molho.



Após a desinfecção de frutas, verduras e legumes, é obrigatório o enxague!

CEREAIS E LEGUMINOSAS

- Escolher a seco os grãos como feijão, lentilha e arroz, retirando as sujidades. Em seguida, lavá-los em água corrente.

OVOS

- Higienizar em água corrente, somente no momento em que serão utilizados. Não é recomendado o uso de produtos como hipoclorito de sódio, detergentes líquidos ou quaisquer outros utilizados para desinfecção.

8- PREPARAÇÃO DOS ALIMENTOS

PREPARO/COZÇÃO DE ALIMENTOS

- Todos os alimentos submetidos à cocção (assados, cozidos) devem ultrapassar a temperatura mínima de 74°C no centro do alimento;
- As temperaturas dos alimentos quentes devem ser aferidas, conforme descrito no POP - Controle de temperatura de cocção e resfriamento dos alimentos, e registradas em formulário apropriado, utilizando o - Registro de temperatura de cocção dos alimentos;
- Quando houver sobras de alimentos preparados, identificá-los e guardá-los adequadamente;
- Evitar utilizar os mesmos utensílios para a manipulação de produtos crus e alimentos já prontos, evitando assim a contaminação cruzada;
- Não usar nenhum alimento que apresente sinais de deterioração (cheiro, cor, sabor, ou consistência alterados) ou vencido;
- Não fazer preparações na véspera, exceto quando for extremamente necessário.

DISTRIBUIÇÃO

- Os alimentos quentes devem ser consumidos o mais rápido possível após o preparo;
- Para conservação sob refrigeração ou congelamento, os alimentos quentes devem ser deixados para esfriar no ambiente por no máximo 30 minutos. O controle da temperatura de resfriamento deve ser feito obedecendo ao descrito no POP - Controle de temperatura dos alimentos, assim como o registro deve ser realizado em formulário apropriado (- Registro da temperatura dos alimentos);
- Evitar ao máximo reaproveitar os alimentos de um período para o outro. Caso isso ocorra, deve-se reaquecer a 74°C no centro geométrico do alimento, de forma que todo o alimento seja aquecido por igual;
- Jamais reaproveitar alimentos de um dia para o outro;
- Evitar falar, gritar, cantar, rir, jamais tossir ou espirrar por cima ou na direção de alimentos prontos ou em preparação. Mantê-los sempre cobertos;
- Nunca utilizar panos de cozinha para proteção do uniforme (como avental);
- Sempre deixar a área de mesas e cadeiras bem organizadas e limpas;
- Procure diminuir ao máximo o tempo entre o preparo e a distribuição dos alimentos.

ÁREA DE DISTRIBUIÇÃO

- Não colocar preparações em excesso nos balcões térmicos, para que se mantenha toda a comida em temperatura adequada, mesmo quando for necessário um maior número de reposições;
- A reposição dos alimentos deve ocorrer na totalidade, não sendo indicado colocar alimento fresco sobre as sobras na cuba;
- Não devem ser reaproveitados alimentos colocados nos balcões térmicos e não devem ser consumidos;
- A temperatura dos balcões térmicos deve ser aferida periodicamente, seguindo o POP e registrada em formulário apropriado (Registro de temperatura dos equipamentos).



COLETA DE AMOSTRAS

A coleta de amostras é uma medida de segurança, caso seja necessário esclarecimento de ocorrência de enfermidade transmitida por alimentos prontos para o consumo.

Devem ser coletadas amostras, prioritariamente em estabelecimentos que servem refeições como almoço e jantar.



As coletas devem ser diárias e de todos os componentes do cardápio da refeição servida. A quantidade retirada deve ser de no mínimo 100g e o armazenamento feito por 72h (3 dias). Os alimentos servidos quentes devem ser congelados e os líquidos e alimentos servidos frios, devem ser armazenados em refrigeração até 4°C.

A técnica adequada para a coleta das amostras está descrita no POP - Coleta de amostras de alimentos e controle de potabilidade da água.

DICA PADRONIZA

- Acondicione as amostras de cada dia em sacos plásticos identificando com a data de coleta;
- Após três dias de armazenamento as amostras podem ser descartadas;
- Destine uma caixa para cada dia da semana: Segunda, Terça, Quarta, Quinta, Sexta, Sábado e Domingo.

REFERÊNCIAS

BRASIL, 2004. Resolução RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004. Dispõe sobre o Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação. Diário Oficial da União, Brasília, 16 set. 2004.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA. Manual Segurança do Paciente - Higienização das Mãos. Brasília, MS, 2007.

BRASIL. Portaria SVS/MS nº 326, de 30 de julho de 1997. Estabelece a necessidade do constante aperfeiçoamento das ações de controle sanitário na área de alimentos, visando a proteção da saúde da população. Diário Oficial da União, Brasília, 01 ago. 1997.

BRASIL. Portaria nº 368, de 4 de setembro de 1997- MAPA. Regulamento Técnico sobre as Condições Higiênico-Sanitárias e de Boas Práticas de Elaboração para Estabelecimentos Elaboradores/Industrializadores de Alimentos. Diário Oficial da União, Brasília, 08 set. 1997.

BRASIL. Resolução RDC nº 275, de 21 de outubro de 2002. Dispõe sobre o Regulamento Técnico de Procedimentos Operacionais Padronizados e aplicados aos Estabelecimentos Produtores/Industrializadores de Alimentos e a Lista de Verificação das Boas Práticas de Fabricação em Estabelecimentos Produtores/Industrializadores de Alimentos. Diário Oficial da União, Brasília, 06 nov. 2002.

COMPANHIA DE SANEAMENTO DO PARANÁ. Limpeza da Caixa d'água. Curitiba, 2013. Banner Rotativo. Disponível em: <<http://site.sanepar.com.br/conteudo/dicas>>. Acesso em: 09 set. 2013.

DIAS, J. C. P. Notas sobre o Trypanosoma cruzi e suas características biotecnológicas, como agente de enfermidades transmitidas por alimentos. Revista da Sociedade Brasileira de Medicina Tropical. n 4. p. 370-375. jul./ago. 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsbmt/v39n4/a10v39n4.pdf>> . Acesso em: 09 dez. 2014.

ESPÍRITO SANTO. Manual de Boas Práticas para Manipulação de Alimentos nas Unidades Escolares do Município de Vila Velha e Procedimentos Operacionais Padronizados. 2012

Decreto Nº 64938 DE 13/04/2020, Nota Técnica (NT) 47/2020 - Anvisa

Padroniza

Segurança de Alimentos