Boas Práticas para Serviços de Alimentação

Baseado na cartilha da ANVISA sobre a RDC nº 216 / 04



Conscientização e Responsabilidade

Claudio Sergio Pimentel Bastos

Médico Veterinário Sanitarista

CRMV RJ nº 0182

Vigilância Sanitária do Rio de Janeiro

Por que a RDC ANVISA nº 216/04 foi elaborada?

Para proteger a saúde da população contra doenças provocadas pelo consumo de alimentos contaminados.

As regras são voltadas aos Serviços de Alimentação, como padarias, cantinas, lanchonetes, bufês, confeitarias, restaurantes, comissarias, cozinhas industriais e cozinhas institucionais.

Essas regras irão auxiliar os comerciantes e os manipuladores a prepararem, a armazenarem e a venderem os alimentos de forma adequada, higiênica e segura, com o objetivo de oferecer alimentos saudáveis aos consumidores.

È POR ISSO QUE NOS PREOCUPAMOS COM A HIGIENE NO PREPARO DOS ALIMENTOS. ASSIM PODEMOS SERVIR E COMER COM MAIS TRANQÜILIDADE!!!



VOCÊ SABIA QUE MILHARES DE PESSOAS FICAM DOENTES POR COMEREM ALIMENTOS CONTAMINADOS?

SIM. É POR ISSO QUE TEMOS QUE CUMPRIR AS REGRAS DA VIGILÂNCIA SANITÁRIA!

Caro Manipulador

O seu trabalho é fundamental para garantir alimentos mais seguros e proteger a saúde dos consumidores. Pensando nisso, elaboramos essa cartilha com o objetivo de esclarecer sobre os cuidados durante a manipulação dos alimentos. Ela será sua companheira do dia-a-dia, auxiliando em vários momentos do seu trabalho. Cuide bem dela.

ANVISA e VISA Municipais

Saiba mais...

As doenças provocadas pelo consumo de alimentos ou Doenças Transmitidas por Alimentos - DTA ocorrem quando micróbios prejudiciais à saúde, parasitas ou substâncias tóxicas são transmitidas ao homem por meio do alimento.

Os sintomas mais freqüentes das DTA são diarréia, vômito, cólica, náusea e febre.

Para adultos sadios, a maioria das DTA dura poucos dias e não deixa seqüelas; para as crianças, as grávidas, os idosos e as pessoas doentes, as conseqüências podem ser mais graves, podendo inclusive levar à morte.

Do que trata a RDC nº 216/04?

Esta Resolução estabelece Boas Práticas de Higiene recomendadas para o manuseio de Alimentos visando a obtenção de produtos seguros nos Serviços de Alimentação.

O que são Boas Práticas?

São práticas de higiene que devem ser obedecidas pelos manipuladores desde a escolha e compra dos produtos a serem utilizados no preparo do alimento até a venda para o consumidor. O objetivo das Boas Práticas é evitar a ocorrência de doenças provocadas pelo consumo de alimentos contaminados (segurança alimentar).

O que são o Manual de Boas Práticas e POP?

O **Manual de Boas Práticas** é um documento que descreve o trabalho executado no estabelecimento e a forma correta de fazê-lo. Nele, pode-se ter informações gerais sobre como é feita a limpeza, o controle de pragas, da água utilizada, os procedimentos de higiene e controle de saúde dos funcionários, o treinamento de funcionários, o que fazer com o lixo e como garantir a produção de alimentos seguros e saudáveis.

O que são o Manual de Boas Práticas e POP?

- **Procedimento Operacional Padronizado (POP)** é um documento que descreve passo-a-passo como executar as tarefas no estabelecimento. É como uma receita de bolo, que deve ser seguida rigorosamente, para que tudo vá bem. O POP destaca as etapas da tarefa, os responsáveis por fazê-la, os materiais necessários e a freqüência em que deve ser feita. Como os POP são documentos aprovados pelo estabelecimento, por meio do responsável, é dever de cada manipulador segui - los.

O que é contaminação?

Normalmente, os parasitas, as substâncias tóxicas e os micróbios prejudiciais à saúde entram em contato com o alimento durante a manipulação e o preparo dos alimentos. Esse processo de contágio do alimento é conhecido como contaminação.

A maioria das DTA está associada à contaminação de alimentos por micróbios prejudiciais à saúde.

Saiba mais...

Contaminação por parasitas

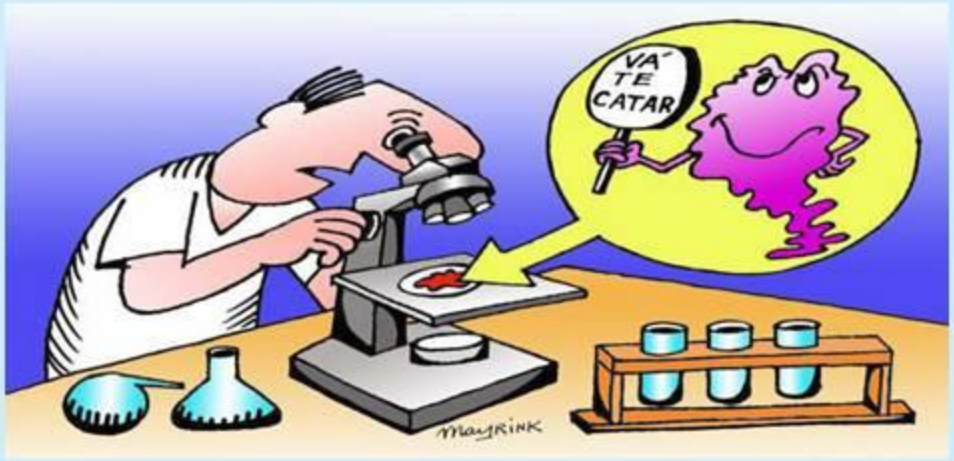
Os parasitas como ameba, giárdia e vermes podem estar presentes no solo, na água e no intestino dos homens e dos animais, podendo então contaminar os alimentos e causar doença.

Contaminação por micróbios

Se não forem tomados alguns cuidados, os micróbios que contaminam o alimento podem se multiplicar rapidamente e causar doença.
É sempre bom lembrar que medidas simples, como lavagem das mãos, conservação dos alimentos em temperaturas adequadas e o cozimento correto evitam ou controlam a contaminação dos alimentos. Essas medidas simples fazem parte das Boas Práticas.

O que são os micróbios?

Os micróbios são organismos vivos tão pequenos que só podem ser visto por meio de um equipamento com potentes lentes de aumento chamado microscópio. Eles também são conhecidos como microrganismos.



Quando os micróbios se multiplicam nos alimentos?

Os micróbios multiplicam-se nos alimentos quando encontram condições ideais de nutrientes, umidade e temperatura.

ÁGUA

QUANTO MAIS ÚMIDO O ALIMENTO MELHOR PARA OS MICRORGANISMOS.

TEMPERATURA

QUE NÃO PODE SER MUITO QUENTE (FERVURA), NEM MUITO FRIA (CONGELAMENTO). TEMPERATURA DE VERÃO OU DO NOSSO CORPO SÃO ÓTIMAS PARA OS MICROORGANISMOS



Nutrientes

ATÉ OS RESTOS DE COMIDA SERVEM COMO ALIMENTO PARA OS MICRORGANISMOS

APÓS ALGUMAS HORAS



Micróbios	Saiba mais...
Os micróbios são amplamente distribuídos, podendo ser encontrados no solo, na água, nas pessoas, nos animais, nos alimentos e até flutuando no ar.	Há mais micróbios em uma mão suja do que pessoas em todo o planeta.
Os micróbios podem ser divididos nos seguintes grupos: vírus, bactérias e fungos.	A maioria das DTA é provocada pelo grupo de micróbios conhecidos como bactérias.
Por mais estranho que pareça, a maioria dos micróbios são inofensivos, sendo que alguns são até úteis.	Você sabia que os micróbios são úteis na preparação de iogurte, do pão, de queijos e até da cerveja?

Alguns micróbios, chamados de deteriorantes, podem estragar o alimento, que fica com cheiro e sabor desagradáveis. Outros micróbios quando presentes nos alimentos podem causar doenças, sendo chamados de prejudiciais à saúde ou patogênicos.	É um grande engano acreditar que os micróbios sempre alteram o sabor e cheiro dos alimentos. Alguns micróbios patogênicos multiplicam-se nos alimentos sem modificá-los, ou seja, silenciosamente. . .
Quando encontram condições ideais, os micróbios se multiplicam rapidamente.	Para causar doença, os micróbios têm que se multiplicar nos alimentos até atingir números elevados.

Quando encontram condições ideais, os micróbios se multiplicam rapidamente.	Quando as condições do alimento são ideais para os micróbios, uma única bactéria pode se multiplicar em 130.000 em apenas 6 horas.
Os micróbios prejudiciais à saúde podem se multiplicar em temperaturas entre 5ºC a 60ºC (chamada zona de perigo).	Agora fica mais fácil entender a importância da geladeira ou do balcão de self-service.
Eles preferem temperaturas de verão ou do nosso corpo (em torno de 37ºC).	Tão importante quanto ter esses equipamentos é saber se estão na temperatura certa! Geladeira – abaixo de 5ºC Balcão de self-service – acima de 60ºC

A maioria dos alimentos contém umidade suficiente para a multiplicação dos micróbios. Esses alimentos devem ser conservados em temperaturas especiais, sendo chamados de perecíveis.	São exemplos de alimentos perecíveis: carne, leite pasteurizado, iogurte, presunto e queijo.
Os alimentos secos (como arroz cru, biscoito e farinha) não possuem umidade suficiente para a multiplicação dos micró-bios, sendo conservados na temperatura ambiente.	Os alimentos secos são também chamados de não perecíveis.

Como deve ser o local de trabalho?

O que fazer	Por que fazer
O LOCAL DE TRABALHO DEVE SER LIMPO E ORGANIZADO. PARA ISSO MANTENHA O PISO,	A SUJEIRA ACUMULADA É UM LOCAL IDEAL PARA A MULTIPLICAÇÃO DE MICRÓBIOS.
A PAREDE E O TETO CONSERVADOS E SEM RACHADURAS, GOTEIRAS, INFILTRAÇÕES, MOFOS E DESCASCAMENTOS.	PORTANTO, MANIPULAR ALIMENTOS EM UM AMBIENTE SUJO É UMA FORMA COMUM DE CONTAMINAR OS ALIMENTOS.
FAÇA A LIMPEZA SEMPRE QUE NECESSÁRIO E AO TÉRMINO DAS ATIVIDADES DE TRABALHO.	PARA SE TER UMA IDÉIA, UMA COLHER DE CHÁ DE TERRA PODE CONTER ATÉ 1 MILHÃO DE BACTÉRIAS.

O que fazer	Por que fazer
Lembre-se: Para impedir a entrada e o abrigo de insetos e outros animais, as janelas devem possuir telas e devem ser retirados os objetos sem utilidade da área de trabalho. Deve haver sempre rede de esgoto ou fossa séptica. As caixas de gordura e de esgoto devem estar localizadas fora da área de preparo e armazenamento de alimentos.	Os insetos e outros animais apresentam micróbios espalhados em todo o corpo. A área de alimentos é atrativa para esses animais que, ao entrar em contato como os alimentos desprotegidos ou as superfícies que entram em contato com os alimentos, podem transmitir os micróbios. A caixa de gordura é a moradia de muitos insetos.

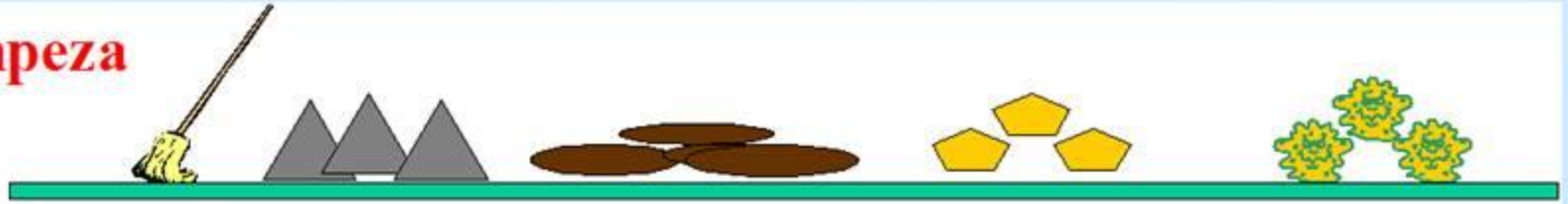
O que fazer	Por que fazer
O local de trabalho deve ser mantido bem iluminado e ventilado. As lâmpadas devem estar protegidas contra quebras.	Os micróbios patogênicos se multiplicam rapidamente em locais quentes e abafados. Outra ameaça ao consumidor é a contaminação dos alimentos por matérias físicas prejudiciais à saúde, como fragmentos de vidro, pedaços de metais e pedras.
As superfícies que entram em contato com os alimentos, como bancadas e mesas, devem ser mantidas em bom estado de conservação, sem rachaduras, trincas e outros defeitos.	Esses defeitos favorecem o acúmulo de líquidos e sujeiras possibilitando que os micróbios patogênicos se multipliquem rapidamente.

O que fazer	Por que fazer
As superfícies que entram em contato com os alimentos, devem ser mantidas em bom estado de conservação, sem rachaduras, trincas e outros defeitos.	Não se esqueça que essa regra se aplica às tábuas de corte utilizadas no preparo dos alimentos.
Nunca guarde os produtos de limpeza junto com os alimentos. Não utilize produtos de limpeza clandestinos.	Os desinfetantes, os detergentes e outros produtos de limpeza contêm substâncias tóxicas que podem contaminar alimentos.
Os produtos de limpeza regularizados devem conter no rótulo o número de registro no Ministério da Saúde ou a frase: "Produto notificado na Anvisa/MS".	Segundo o Sistema Nacional de Informações Tóxico-Farmacológicas - SINITOX, em um único ano 374 pessoas ficaram doentes por consumirem alimentos contaminados com substâncias tóxicas.

O que fazer para a HIGIENE E DESINFECÇÃO DE um AMBIENTE ?



Limpeza



varredura

Lavagem



Água



Detergente

Desinfecção



Solução desinfetante
(cloro / iodo) - Enxagüe



O que fazer	Por que fazer
A limpeza do ambiente é importante para prevenir e controlar baratas, ratos e outras pragas.	Risco de consumirem alimentos contaminados com substâncias tóxicas.
Os venenos devem ser aplicados somente quando necessário e sempre por empresa especializada.	O SINITOX (www.fiocruz.br/sinitox) mostra, ainda, que 4.324 pessoas se intoxicaram pelo uso de raticidas, sendo que 47 morreram.
Os banheiros e vestiários não devem se comunicar diretamente com a área de preparo e armazenamento dos alimentos. O banheiro deve estar sempre limpo e organizado, com papel higiênico, sabonete, anti-séptico, papel toalha e lixeiras com tampas e com pedal.	Como as fezes são altamente contaminadas, os banheiros apresentam um grande número de micróbios patogênicos espalhados. Quando vamos ao banheiro e não lavamos as mãos, o número de bactérias entre nossos dedos dobra.

O que fazer	Por que fazer
LAVE BEM AS MÃOS DEPOIS DE USAR O BANHEIRO.	PESQUISAS INDICAM QUE A METADE DAS PESSOAS ESQUECE DE LAVAR AS MÃOS QUANDO SAEM DO BANHEIRO.

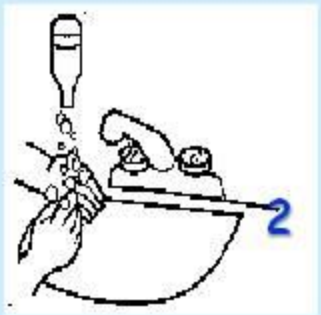


Você lava as mãos corretamente?

PARA LAVAGEM CORRETA DAS MÃOS SIGA OS SEGUINTES PASSOS :

1. UTILIZE A ÁGUA CORRENTE PARA MOLHAR AS MÃOS E ANTEBRAÇOS ;
2. ESFREGUE A PALMA E O DORSO DAS MÃOS E ANTEBRAÇOS COM SABONETE, INCLUSIVE AS UNHAS E OS ESPAÇOS ENTRE OS DEDOS, POR APROXIMADAMENTE 15 SEGUNDOS ;
3. ENXÁGÜE BEM COM ÁGUA CORRENTE RETIRANDO TODO O SABONETE ;
4. SEQUE-AS COM PAPEL TOALHA OU OUTRO SISTEMA DE SECAGEM EFICIENTE ;
5. ESFREGUE AS MÃOS COM UM POUCO DE PRODUTO ANTI-SÉPTICO .













Recomenda-se para maior eficiência a desinfecção das mãos após sua lavagem, utilizando-se substâncias sanitizantes aprovadas pela legislação.

Quais os cuidados devem ser tomados com a água?

O que fazer	Por que fazer
Os estabelecimentos devem ser abastecidos com água corrente tratada (proveniente do abastecimento público) ou de sistema alternativo, como poços artesianos. No caso de sistema alternativo, a água deve ser analisada de seis em seis meses. Use somente água potável para o preparo dos alimentos e do gelo.	Os micróbios patogênicos e parasitas podem ser transmitidos por meio da água, por isso é importante utilizar água tratada ou, quando não puder, conhecer a qualidade da água que está sendo utilizada.
A caixa d'água deve estar conservada, tampada, sem rachaduras, vazamentos, infiltrações e descascamentos.	Não limpar a caixa d'água 2 vezes ao ano e não deixá-la tampada, contamina a água tratada.

Quais os cuidados devem ser tomados com a água?

O que fazer	Por que fazer
A caixa d'água deve ser lavada e desinfetada (higienizada) no mínimo a cada 6 meses.	Com o tempo a caixa d'água cria crostas, onde os micróbios ficam acumulados e podem contaminar a água.
Para lavar e desinfetar a caixa d'água siga os passos descritos no POP* – Procedimento Operacional Padronizado.	



Doenças transmitidas através da água e alimentos : Cólera(*Vibrio cholerae*) ; Diarréia dos viajantes(*Shigella*, *Salmonella*, *Campylobacter* , Norovírus , *Escherichia coli*, *Staphylococcus aureus* (*toxina emética* => vômitos) , *Bacillus cereus* (*toxina emética* e *toxina diarréica*) ; Febre Tifóide (*Salmonella typhi*) ; *Hepatite A* ; *Hepatite E* ; *Leptospirose* (*Leptospira interrogans*) ; Poliomielite (poliovírus sorotipos 1, 2 e 3) ; Verminoses (*Giardia lamblia*, *Entamoeba histolytica*, *Cryptosporidium parvum* e *Cyclospora cayetanensis*)

POP DE HIGIENIZAÇÃO DA CAIXA D'ÁGUA

- Feche o registro, retire toda a água da caixa d'água.
- Feche a saída de água da caixa d'água.
- Retire a sujeira.
- Lave as paredes e o fundo da caixa d'água com água e sabão. Os utensílios, como vassoura, escova, rodo e pano, devem ser de uso exclusivo.
- Abra a saída de água e retire todo o sabão com água corrente.
- Feche a saída de água.
- Prepare a solução desinfetante, diluindo 1 litro de água sanitária em 5 litros de água. Este volume é apropriado para uma caixa d'água de 1000 litros.
- Espalhe a solução nas paredes e fundo da caixa d'água com uma broxa ou pano. Aguarde por 30 minutos.
- Enxágüe a caixa d'água com água corrente, retirando todo o resíduo de desinfetante.
- Esgote toda a água acumulada.
- Encha a caixa d'água.

E o que fazer com o lixo?

O que fazer	Por que fazer
A cozinha deve ter lixeiras de fácil limpeza, com tampa e com pedal. Retire o lixo freqüentemente para fora da área de preparo de alimentos em sacos bem fechados. Após o manuseio do lixo, deve-se lavar as mãos.	O lixo, além de atrair insetos e outros animais para a área de preparo dos alimentos, é um meio ideal para a multiplicação de micróbios patogênicos.

Quem é o manipulador de alimentos?



Quem é o manipulador *de alimentos?*

Definição

Toda a pessoa que tem contato, ainda que ocasional, com a matéria-prima ou alimento já elaborado, seja na sua recepção, preparação, armazenamento, distribuição ou comercialização .

É a pessoa que lava, descasca, corta, rala, cozinha, ou seja, prepara os alimentos.

Cuidados da Higiene pessoal do Manipulador

O que fazer	Por que fazer
Esteja sempre limpo. Tome banho diariamente.	Há micróbios espalhados por todo o nosso corpo. A maior quantidade está no nariz, na boca, nos cabelos, nas mãos (inclusive unhas), nas fezes, no suor e no sapato.
Use cabelos presos e cobertos com redes ou toucas. Não use barba.	Os cabelos devem ser mantidos presos para evitar que caiam sobre os alimentos. Você sabia que 1 mm de cabelo pode conter até 50.000 micróbios?
O uniforme deve ser usado somente na área de preparo dos alimentos.	O uniforme pode servir de transporte de micróbios patogênicos para o interior da área de preparo dos alimentos, contaminando-os.

Cuidados da Higiene pessoal do Manipulador

O que fazer	Por que fazer
TROQUE SEU UNIFORME DIARIAMENTE, POIS ELE DEVE ESTAR SEMPRE LIMPO E CONSERVADO. RETIRE BRINCOS, PULSEIRAS, ANÉIS, ALIANÇA, COLARES, RELÓGIO E MAQUIAGEM.	OS ADORNOS PESSOAIS ACUMULAM SUJEIRA E MICRÓBIOS, ALÉM DE PODEREM CAIR NOS ALIMENTOS.

Atenção !

AO LAVAR AS MÃOS, FIQUE ATENTO A ALGUNS CUIDADOS:

-ESFREGAR TODAS AS REGIÕES DAS MÃOS (CUIDADO COM AS ÁREAS NORMALMENTE ESQUECIDAS);

- SECAR BEM AS MÃOS APÓS A LAVAGEM USANDO PAPEL-TOALHA OU OUTRO SISTEMA DE SECAGEM EFICIENTE.

Finalmente suas mãos estão limpas e prontas para manipular os alimentos !



Áreas freqüentemente esquecidas durante a lavagem das mãos

Áreas pouco esquecidas durante a lavagem das mãos

Áreas não esquecidas durante a lavagem das mãos

Quais cuidados devem ser tomados com os ingredientes usados no preparo dos alimentos?

O que fazer	Por que fazer
Compre os ingredientes em estabelecimentos limpos, organizados e confiáveis.	Os fornecedores dos ingredientes também devem atender às Boas Práticas, caso contrário, esses ingredientes podem transmitir micróbios patogênicos, parasitas ou substâncias tóxicas aos alimentos preparados
Armazene imediatamente os produtos congelados e refrigerados e depois os produtos não-perecíveis. Os locais de armazenamento devem ser limpos, organizados, ventilados e protegidos de insetos e outros animais.	Para evitar a contaminação dos alimentos, o armazenamento dos ingredientes deve ser realizado no local certo, em temperatura e tempo adequados.

Quais cuidados devem ser tomados com os ingredientes usados no preparo dos alimentos?

O que fazer	Por que fazer
NÃO USE E NÃO COMPRE PRODUTOS COM EMBALAGENS AMASSADAS, ESTUFADAS, ENFERRUJADAS, TRINCADAS, COM FUROS OU VAZAMENTOS, RASGADAS, ABERTAS OU COM OUTRO TIPO DE DEFEITO.	A EMBALAGEM É UMA IMPORTANTE PROTEÇÃO DOS ALIMENTOS, PORTANTO, PRODUTOS COM EMBALAGENS DEFEITUOSAS PODEM APRESENTAR MICRÓBIOS PATOGÊNICOS, PARASITAS OU SUBSTÂNCIAS TÓXICAS.
LIMPE AS EMBALAGENS ANTES DE ABRI-LAS.	AS EMBALAGEMS PODEM CONTAMINAR OS ALIMENTOS SE NÃO FOREM LIMPAS ANTES DE ABERTAS.
OS INGREDIENTES QUE NÃO FOREM UTILIZADOS TOTALMENTE DEVEM SER ARMAZENADOS EM RECIPIENTES LIMPOS E IDENTIFICADOS COM: - NOME DO PRODUTO; - DATA DA RETIRADA DA EMBALAGEM ORIGINAL; - PRAZO DE VALIDADE APÓS A ABERTURA	

Atenção!

VERIFIQUE CUIDADOSAMENTE A CONDIÇÃO DOS ALIMENTOS QUE ENTRAM NA SUA COZINHA!

PRODUTOS COM PRAZO DE VALIDADE VENCIDO NÃO DEVEM SER UTILIZADOS NO PREPARO DE ALIMENTOS.





Como preparar os alimentos com higiene?

O que fazer	Por que fazer
Lave as mãos antes de preparar os alimentos e depois de manipular alimentos crus (carnes, frangos, peixes e vegetais não lavados).	As carnes cruas e os vegetais não lavados apresentam micróbios patogênicos que podem ser transferidos aos alimentos prontos por meio das mãos dos manipuladores.
O alimento deve ser bem cozido, em altas temperaturas de forma que todas as partes do alimento atinjam no mínimo a temperatura de 70ºC. Para ter certeza do completo cozimento, verifique a mudança na cor e textura na parte interna do alimento.	Deve-se cozinhar bem as carnes, pois temperaturas superiores a 70°C destroem os micróbios. Para carnes bovinas e de frango tome cuidado para que as partes internas não fiquem cruas (vermelhas). Os sucos dessas carnes devem ser claros e não rosados.

O que fazer	Por que fazer
Evite o contato de alimentos crus com alimentos cozidos. Além disso, lave os utensílios usados no preparo de alimentos crus antes de utilizá-los em alimentos cozidos.	CUIDADO! As carnes cruas e os vegetais não lavados também podem transmitir micróbios patogênicos aos alimentos prontos por meio dos utensílios (talhares, pratos, bacias, tabuleiros). Isso é chamado de contaminação cruzada. Um exemplo desse tipo de contaminação é cortar frango cru e usar a mesma faca, sem lavar, para fatiar uma carne assada.

O que fazer	Por que fazer
Durante a utilização dos óleos e gorduras pode haver alterações no cheiro, sabor, cor, formação de espuma e fumaça. Esses sinais indicam que o óleo deve ser trocado imediatamente.	Quando os óleos e as gorduras são utilizados por um longo período, são formadas substâncias tóxicas que podem causar mal à saúde. Essas substâncias dão um sabor e cheiro ruins ao alimento e, geralmente, produzem muita fumaça e espuma.
Os alimentos congelados e refrigerados não devem permanecer fora do freezer ou geladeira por tempo prolongado.	Os micróbios patogênicos multiplicam-se rapidamente em temperatura ambiente.
No caso de alimentos preparados serem armazenados na geladeira ou no freezer, esses devem ser identificados com: - nome do produto; - data de preparo; - prazo de validade.	**Durante o descongelamento, a carne produz sucos que podem contaminar outros alimentos com micróbios patogênicos.**

Atenção !

- Não descongele os alimentos à temperatura ambiente.
- Utilize o forno de microondas se for preparálo imediatamente ou deixe o alimento na geladeira até descongelar.
- As carnes devem ser descongeladas dentro de recipientes

Atenção!

Alimentos como frutas, legumes e hortaliças devem ser higienizados, tendo em vista que esses podem ser consumidos crus. A correta higienização elimina os micróbios patogênicos e os parasitas.

Para higienização de hortaliças, frutas e legumes:

1) Selecionar, retirando as folhas, partes e unidades deterioradas;
2) Lave em água corrente vegetais folhosos (alface, escarola, rúcula, agrião, etc.) folha a folha, e frutas e legumes um a um;

3) Colocar de molho por 20 minutos em água clorada, utilizando produto adequado para este fim (ler o rótulo da embalagem), na diluição de 200 ppm (1 colher de sopa de água sanitária para 1 litro de água);

4) Enxaguar em água corrente vegetais folhosos folha a folha, e frutas e legumes um a um;

5) Fazer o corte dos alimentos para a montagem dos pratos com as mãos e utensílios bem lavados;

6) Manter sob refrigeração até a hora de servir.

Adaptado: BRASIL. CGPAN/SAS/Ministério da Saúde. Guia Alimentar para a População Brasileira: Promovendo a alimentação saudável, 2005.

Como transportar o alimento preparado?

O que fazer	Por que fazer
ARMAZENE O ALIMENTO A SER TRANSPORTADO EM VASILHAMES BEM FECHADOS. OS VASILHAMES DEVEM ESTAR IDENTIFICADOS COM: - O NOME DO ALIMENTO; - A DATA DE PREPARO; -O PRAZO DE VALIDADE. SE O TRANSPORTE FOR DEMORADO, O ALIMENTO DEVE SER MANTIDO EM CAIXAS TÉRMICAS APROPRIADAS. O VEÍCULO UTILIZADO NO TRANSPORTE DEVE TER COBERTURA PARA PROTEÇÃO DOS VASILHAMES E, PRINCIPALMENTE, DEVE ESTAR LIMPO.	OS MICRÓBIOS ESTÃO ESPALHADOS POR TODO O AMBIENTE E, POR ISSO, OS ALIMENTOS PRONTOS DEVEM SER MANTIDOS BEM PROTEGIDOS. OS MICRÓBIOS PATOGÊNICOS MULTIPLICAM-SE RAPIDAMENTE EM TEMPERATURA AMBIENTE.

Atenção!

VERIFIQUE SE NÃO HÁ BARATAS, RATOS OU OUTROS ANIMAIS NO VEÍCULO DE TRANSPORTE DO ALIMENTO.

NÃO TRANSPORTE JUNTO COM OS ALIMENTOS SUBSTÂNCIAS TÓXICAS, COMO PRODUTOS DE LIMPEZA E VENENOS.





A comida está pronta ! Como devemos servi-la ?

O que fazer	Por que fazer
Deixe a área das mesas e cadeiras bem limpa e organizada. Os equipamentos (estufas, balcões, buffets, geladeiras, freezers, etc.) devem estar conservados, limpos e funcionando bem. A temperatura das estufas, bufês e geladeiras devem estar reguladas de forma que os alimentos quentes permaneçam acima de 60ºC e os alimentos frios permaneçam abaixo de 5ºC. Procure diminuir ao máximo o tempo entre o preparo e a distribuição dos alimentos.	Os micróbios apenas reduzem a velocidade de multiplicação quando os alimentos são armazenados a frio (5ºC) ou aquecidos (60ºC). Portanto, os alimentos não devem ser mantidos por muito tempo fora dessas temperaturas.

A comida está pronta ! Como devemos servi-la ?



ERRADO

CERTO

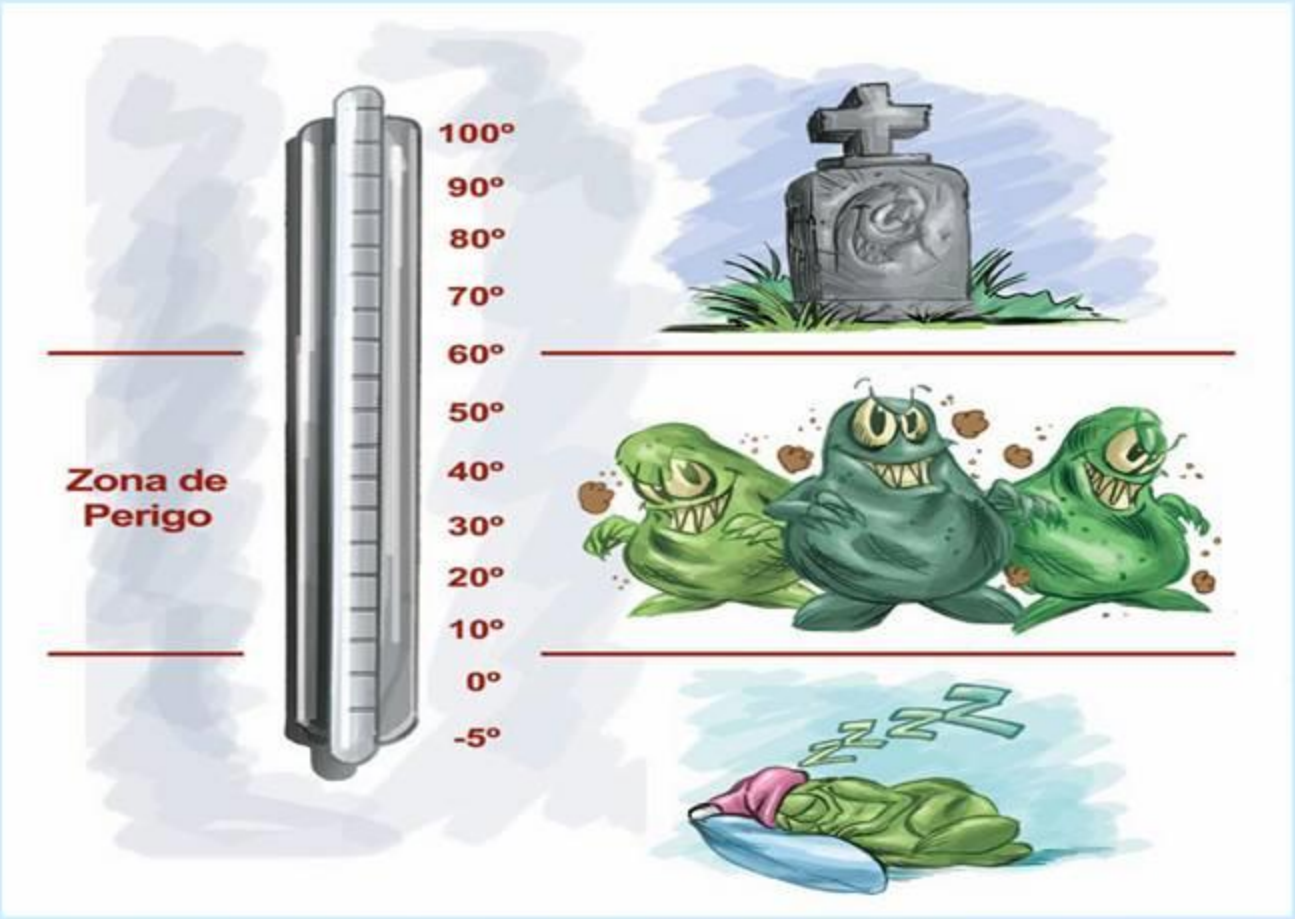


A comida está pronta ! Como devemos servi-la ?

O que fazer	Por que fazer
Os balcões e bufês devem ser protegidos para que os clientes não contaminem os alimentos enquanto se servem.	Como a boca e a garganta contém grande quantidade de micróbios, por meio da saliva os clientes podem contaminar o alimentos prontos, enquanto se servem.
Os funcionários responsáveis por servir o alimento devem estar sempre com as mãos lavadas.	Pesquisas realizadas no Brasil mostram que na cédula de dinheiro são encontrados vários micróbios patogênicos e até ovos de vermes.
Os funcionários que manipulam o alimento (mesmo com guardanapos, pegadores e talheres) não podem pegar em dinheiro.	Você sabia que uma nota de dinheiro circula nas mãos das pessoas por aproximadamente 2 anos antes de ser destruída?

Conservação dos alimentos preparados

Frio	Quente
5º C ou inferior	60º C ou superior
5 dias	6 horas



“ Não deixe jamais que
alguém que se achegou
de ti
vá embora sem se sentir
melhor ou mais feliz .”

Madre Teresa de Calcutá

RIO DE JANEIRO - PATRIMÔNIO CULTURAL DA HUMANIDADE - UNESCO

OBRIGADO



Claudio Sergio Pimentel Bastos

Médico Veterinário Sanitarista

da Subsecretaria de Vigilância Sanitária, Fiscalização e Controle de Zoonoses

E-mail : claudiospbastos@gmail.com

(21) 999845024