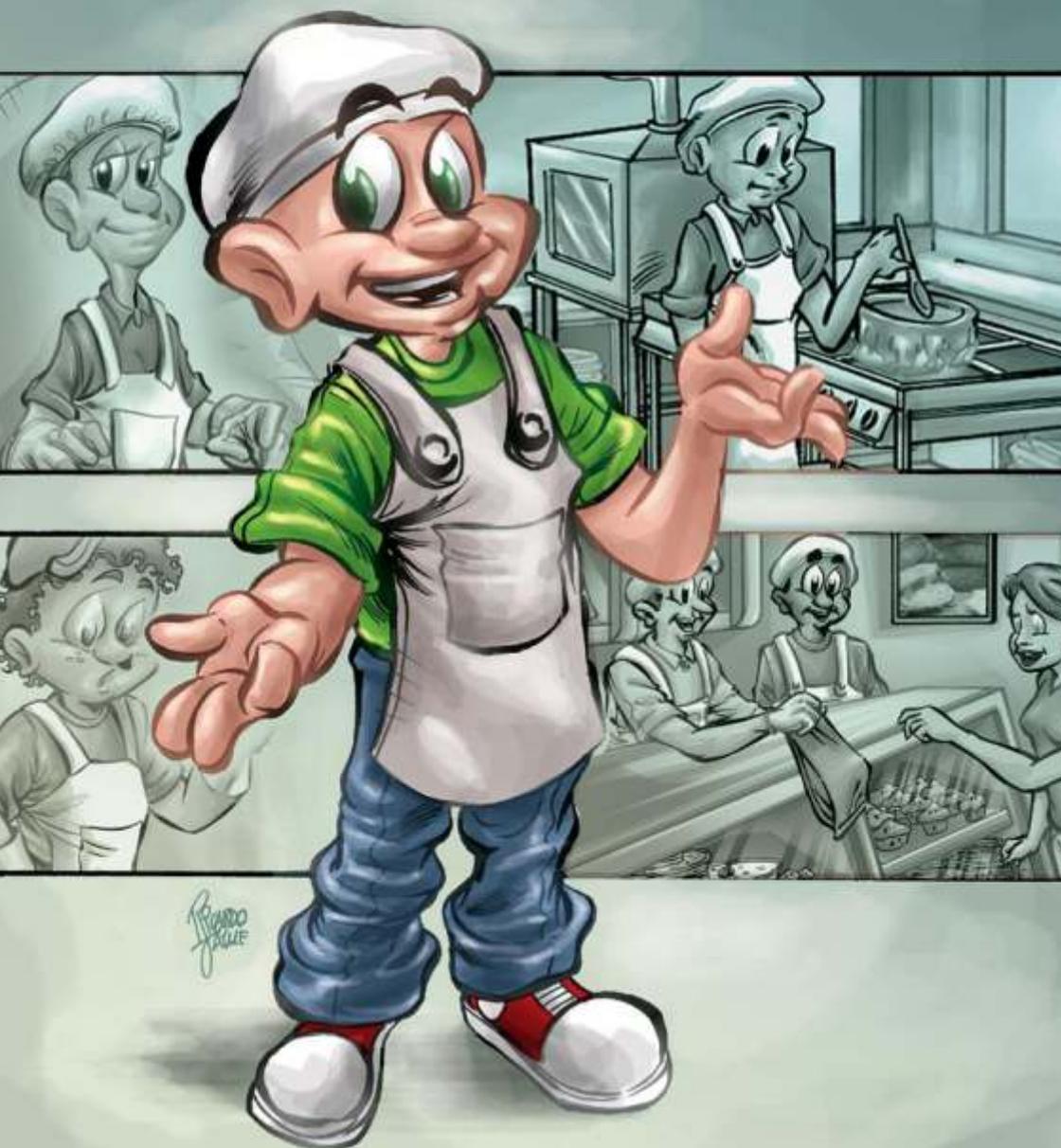


Cartilha sobre Boas Práticas para Serviços de Alimentação

Resolução-RDC nº 216/2004



O que são Doenças Transmitidas por Alimentos (DTA)?

São doenças provocadas pelo consumo de alimentos que ocorrem quando micróbios prejudiciais à saúde, parasitas ou substâncias tóxicas estão presentes no alimento.

Os sintomas mais comuns de DTA são vômitos e diarreia, podendo também apresentar dores abdominais, dor de cabeça, febre, alteração da visão, olhos inchados, dentre outros. Para adultos saudáveis, a maioria das DTA dura poucos dias e não deixa sequelas; para as crianças, as grávidas, os idosos e as pessoas doentes, as consequências podem ser mais graves, podendo inclusive levar à morte.

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!

Que bom que vocês se preocupam com a higiene no preparo dos alimentos, assim podemos comer com mais tranquilidade.



Como devem ser os banheiros e vestiários?

| O que fazer? | Por que fazer? |
|---|--|
| <p>Os banheiros e vestiários não devem se comunicar diretamente com as áreas de preparo e de armazenamento dos alimentos.</p> <p>O banheiro deve estar sempre limpo e organizado, com papel higiênico, sabonete, anti-séptico, papel toalha e lixeiras com tampa e pedal.</p> | <p>Como as fezes são altamente contaminadas, os banheiros apresentam um grande número de micróbios patogênicos.</p> <p>Quando vamos ao banheiro e não lavamos as mãos, o número de bactérias entre nossos dedos duplica.</p> |



Quais cuidados devem ser tomados com a água?

| O que fazer? | Por que fazer? |
|--|--|
| <p>Os estabelecimentos devem ser abastecidos com água corrente tratada (proveniente do abastecimento público) ou de sistema alternativo, como poços artesianos.</p> <p>No caso de sistema alternativo, a água deve ser analisada de seis em seis meses.</p> <p>Use somente água potável para o preparo dos alimentos e do gelo.</p> | <p>Os micróbios patogênicos e os parasitas podem ser transmitidos por meio da água. Por isso, é importante utilizar água tratada ou, quando não for possível, conhecer a qualidade da água que está sendo utilizada.</p> |
| <p>A caixa d'água deve estar conservada, tampada, sem rachaduras, vazamentos, infiltrações e descascamentos.</p> <p>A caixa d'água deve ser lavada e desinfetada (higienizada) no mínimo a cada 6 meses.</p> <p>Para lavar e desinfetar a caixa d'água, siga os passos descritos no Procedimento Operacional Padronizado (POP*).</p> | <p>A água tratada pode ser contaminada com terra, poeira, fezes de animais, insetos, etc. Por isso, deve ser mantida tampada e higienizada, no mínimo, duas vezes por ano.</p> |

*Saiba mais sobre o POP na página 11.

O que fazer com o lixo?

| O que fazer? | Por que fazer? |
|---|---|
| <p>A cozinha deve ter lixeiras de fácil limpeza, com tampa e pedal.</p> <p>Retire sempre o lixo para fora da área de preparo de alimentos em sacos bem fechados.</p> <p>Após o manuseio do lixo, deve-se lavar as mãos.</p> | <p>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.</p> |



Você lava as mãos corretamente?

Para lavagem correta das mãos siga os seguintes passos:

1. Utilize a água corrente para molhar as mãos,
2. Esfregue a palma e o dorso das mãos com sabonete, inclusive as unhas e os espaços entre os dedos, por aproximadamente 15 segundos,
3. Enxágue 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.



ATENÇÃO!

Ao lavar as mãos, fique atento a alguns cuidados:

- Esfregar todas as regiões das mãos (veja a ilustração abaixo 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 frequentemente esquecidas durante a lavagem das mãos
- Áreas pouco esquecidas durante a lavagem das mãos
- Áreas não esquecidas durante a lavagem das mãos

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 70°C. 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. |
| 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 (talheres, 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. |

Como transportar o alimento preparado?

| O que fazer? | Por que fazer? |
|--|---|
| <p>Armazene o alimento a ser transportado em vasilhames bem fechados.</p> <p>Os vasilhames devem estar identificados com:</p> <ul style="list-style-type: none">- o nome do alimento;- a data de preparo;- o prazo de validade. <p>Se o transporte for demorado, o alimento deve ser mantido em caixas térmicas apropriadas.</p> <p>O veículo utilizado no transporte deve ter cobertura para proteção dos vasilhames e, principalmente, deve estar limpo.</p> | <p>Os micróbios estão espalhados por todo o ambiente e, por isso, os alimentos prontos devem ser mantidos bem protegidos.</p> <p>Os micróbios patogênicos multiplicam-se rapidamente em temperatura ambiente.</p> |

ATENÇÃO!

Confira quais são os POP necessários:

- 1) Limpeza das instalações, equipamentos e móveis;
- 2) Controle de vetores e pragas;
- 3) Limpeza do reservatório de água;
- 4) Higiene e saúde dos manipuladores.

O Manual de Boas Práticas e os POP devem estar disponíveis para consulta de todos os funcionários.



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. Os funcionários que manipulam o alimento (mesmo com guardanapos, pegadores e talheres) não podem pegar em dinheiro. | Pesquisas realizadas no Brasil mostram que na cédula de dinheiro são encontrados vários micróbios patogênicos e até ovos de vermes. Você sabia que uma nota de dinheiro circula nas mãos das pessoas por aproximadamente 2 anos antes de ser destruída? |



Realização

Vigilância Sanitária de Extrema - MG

Disque (35) 3435-1894

Fonte:



ANVISA

Agência Nacional de Vigilância Sanitária