

Higiene Alimentar

Aula 6 QSA



Boas práticas de higiene pessoal

- As toxinfecções alimentares são na sua grande maioria causadas por deficiências de higiene por parte dos manipuladores e dos equipamentos, desrespeitando os mais elementares princípios.
- As boas práticas de higiene devem ser o ponto de partida elementar da segurança alimentar.
- Embora insuficientes para um nível aceitável, são um requisito primário essencial de segurança para as indústrias alimentares.



A saúde do manipulador

- O manipulador de alimentos deve gozar de boa saúde, cumprir as regras básicas de higiene pessoal e manusear os alimentos de forma adequada.




- Cada indivíduo é responsável pela sua saúde. Para a manter boa é necessário conservar o corpo limpo, adquirir bons hábitos e manter uma atitude mental sã.

- Todas as pessoas que contactam com os alimentos devem efetuar um exame médico completo no início da sua atividade profissional.
- Devem repeti-lo periodicamente e sempre que existam razões que justifiquem a realização de novos exames.



- As pessoas que trabalham com alimentos não podem sofrer de qualquer doença infetocontagiosa, como por exemplo a tuberculose ou a hepatite.



Algumas situações podem justificar o afastamento temporário das pessoas que manipulam os alimentos, nomeadamente:

- Dores abdominais, diarreia, febre, náuseas e vômitos;
- Anginas, tosse ou corrimento nasal;
- Constipações e gripes;
- Processos inflamatórios da boca, olhos e ouvidos;
- Lesões da pele como erupções, furúnculos, feridas infestadas;

Nestas situações, ou suspeita de doença, deve informar o seu superior na unidade e recorrer a uma consulta médica.

- Nas situações anteriores é vedada a permanência do trabalhador nos locais em que contacte com alimentos.
- Só depois de parecer favorável do médico, poderá retomar a sua atividade profissional.
- Deste modo, é imperativo que as pessoas em contacto com os alimentos devam entender a higiene como uma forma de proteger a sua saúde e a dos consumidores.



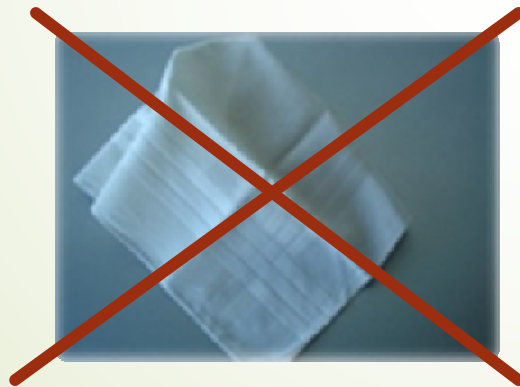
O vestuário

- O manipulador de alimentos deve iniciar o seu dia de trabalho com vestuário apropriado, ou seja a farda, touca e sapatos de proteção limpos, devendo manter-se assim, tanto quanto possível, ao longo de toda a tarefa.
- O vestuário deve ser confortável, de preferência de cor clara e adequado ao trabalho a realizar. Não deve ser utilizado fora do local de trabalho.
- Durante o período de trabalho apenas se podem usar peças de roupa do fardamento, não se devendo, por isso, usar-se por cima do fardamento roupas que não sejam de uso exclusivo no trabalho, como por exemplo casacos e camisolas.



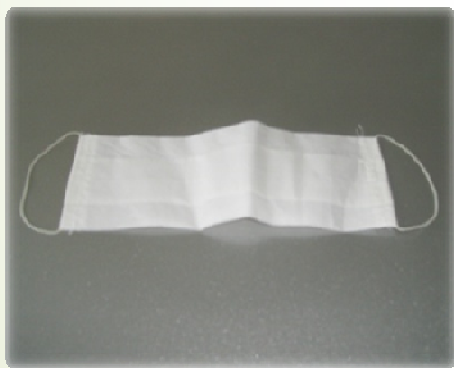
- Uma das razões para se usar farda de trabalho é para evitar que os micro-organismos sejam transferidos do corpo humano e/ou das suas roupas para os alimentos.
- Portanto, sempre que for necessário sair das instalações durante o período de trabalho, não deverão utilizar-se peças de fardamento vestidas, nem usar-se o calçado de trabalho.

- Os operadores que fazem a distribuição de produtos alimentares, durante as respetivas cargas e descargas, devem usar um resguardo de proteção de preferência de cor clara, touca ou boné e calçado antiderrapante.
- É interdito o uso de lenços de assoar em tecido, devendo utilizar-se, quando necessário, lenços de papel, que deverão ser utilizados apenas uma única vez.



As máscaras naso-bucais

- As máscaras naso-bucais, devem ser usadas pelos manipuladores quando estão em contacto com produtos alimentares, nas áreas de maior risco, para prevenir as contaminações.



O cabelo

- O cabelo deve estar limpo e, sempre que a tarefa o justifique, bem protegido. Deve, assim, estar coberto totalmente com a touca.
- A justificação para este tipo de atitude prende-se com o fato do cabelo poder ser portador de agentes patogénicos e contribuir para a contaminação dos alimentos.
- Além disso, o cabelo deverá apresentar-se curto ou preso e terá obrigatoriamente de estar sempre limpo.



As mãos

- As mãos são uma importante fonte de contaminação para os alimentos, devendo estar sempre limpas, as unhas curtas e de preferência sem verniz.
- Deverá ser interdito o uso de unhas pintadas a quem armazene, prepare, confeccione ou distribua produtos alimentares.
- É importante que as mãos sejam lavadas frequentemente.





Devem lavar sempre as mãos quando acontece pelo menos uma das seguintes situações:

- Antes de iniciar o trabalho (quando chega e cada vez que regresse depois de se ausentar por qualquer motivo) e após a mudança de roupa civil;
- Após a mudança de tarefas;
- Após a receção de produtos alimentares;
- Depois de se terem manuseado produtos de origem vegetal e em seguida irem-se manusear produtos de natureza animal;
- Depois de se terem partido ovos;
- Antes de se manusearem alimentos confeccionados, desinfetados ou prontos a consumir sem embalagem;

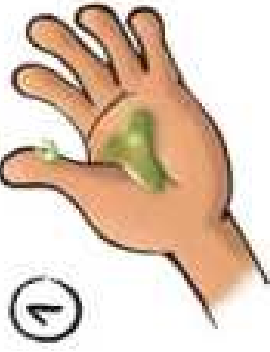
Devem lavar sempre as mãos quando acontece pelo menos uma das seguintes situações:

- Antes de se prepararem alimentos que não vão ser submetidos a tratamento térmico (ex. sanduíches);
- Depois de ir ao WC;
- Depois de assoar o nariz, espirrar, tossir, mexer nos ouvidos e cabelo, fumar, comer;
- Depois de manipular equipamento e utensílios sujos;
- Depois de apanhar do chão objetos caídos, tocar em utensílios sujos, dinheiro, etc.;
- Depois de manipular lixo ou restos de produtos alimentares;
- Depois de manipular os produtos de limpeza (químicos);
- Em caso de dúvida, lave as mãos.

Procedimento para lavagem correta das mãos

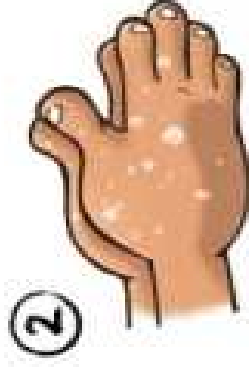
- Molhar as mãos e antebraços com água corrente potável quente;
- Ensaboar bem, com solução gel (sabão líquido);
- Lavar cuidadosamente os espaços entre os dedos; as costas das mãos e as unhas, sempre que possível utilizarem escova de unhas individual;
- Passar por água corrente potável quente, retirando completamente a solução;
- Ensaboar bem, com a solução desinfetante (bactericida) e passar por água quente;
- Secar as mãos com papel descartável (nunca com a própria farda de trabalho ou panos).

OS 7 PASSOS DA LAVAGEM DAS MÃOS



①

coloque um pouco
de sabonete nas mãos
já úmidas



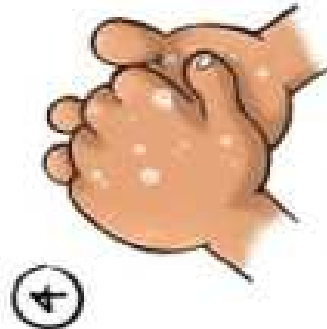
②

esfregue
as palmas das mãos
uma na outra



③

entrelace os dedos
para lavar
cada um deles



④

esfregue as unhas
na palma das mãos



⑤

esfregue a parte
de trás das mãos



⑥

enxague
abundantemente



⑦

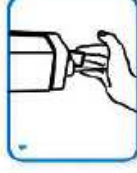
seque bem as mãos
com uma toalha limpa

Lavagem das mãos

 Duração total do procedimento: 40-60 seg.



Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Estreque as palmas das mãos, uma na outra



Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice-versa



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



Estreque o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice-versa



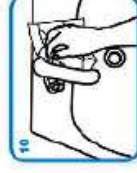
Estreque rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice-versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com toalhete descartável



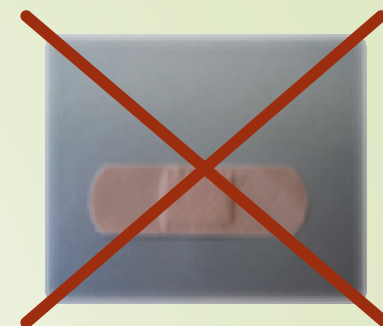
Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual



Agora as suas mãos estão seguras.



- É de realçar que nas mãos ásperas, com fissuras, cortes ou feridas os micro-organismos podem instalar-se e também constituir um perigo para os consumidores, se não forem tomadas as devidas precauções.
- Quando as mãos apresentam descamação (mudança de pele), deverão ser protegidas por luvas, e no caso de existir alguma escoriação, ferida ou corte nas mãos ou antebraços, devem ser tratados e protegidos com pensos impermeáveis e de cores vivas, devendo-se usar as luvas para impedir a contaminação dos alimentos.
- Sempre que a lesão não for suscetível de ser totalmente protegida, o manipulador em causa deverá ser interdito no desempenho de tarefas na unidade.



No caso de se terem que usar luvas para a manipulação dos produtos alimentares, estas devem ser descartáveis

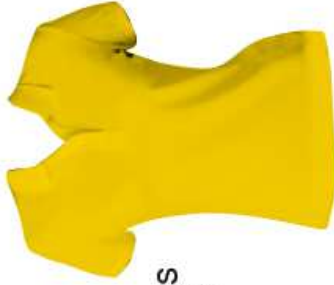


BOAS PRÁTICAS DE HIGIENE PESSOAL no preparo e manuseio de alimentos

Unhas curtas
e lavadas



Roupas
limpas



Cabelos
presos



Luvras, avental e
toca quando indicado



Evitar preparar
alimentos se tiver
ferimentos nas mãos



Não usar anéis,
pulseiras, relógios ao
preparar alimentos



Não tossir, espirrar ou
assoar o nariz sobre
os alimentos



Não enxugar as mãos
e o rosto com o pano
de prato



Lavar as mãos com
água e sabão até o
cotovelo, esfregar
entre os dedos,
enxaguar em água
corrente e secar com
toalha limpa antes de
preparar os alimentos





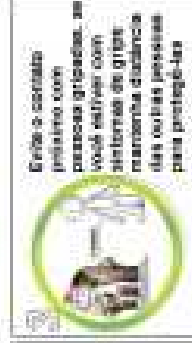
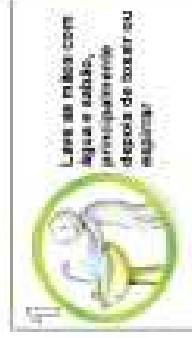
CAMPANHA: "TOSSIR OU ESPIRRAR COM ETIQUETA"



**A TOSSE E O ESPIRRO PODEM
TRANSMITIR DIVERSOS VÍRUS
RESPIRATÓRIOS**

Cubra a boca e o nariz
com um lenço ou com sua própria roupa
Lave bem as mãos com água e sabão ou utilize o álcool gel

**PODEMOS PREVENIR A TRANSMISSÃO DOS VÍRUS RESPIRATÓRIOS
ADOTANDO MEDIDAS SIMPLES**



**COM ESTAS SIMPLES ATITUDES REDUZIMOS A DISSEMINAÇÃO
DOS VÍRUS RESPIRATÓRIOS!**



Caixa de primeiros socorros

- As empresas ou estabelecimentos devem possuir uma caixa de primeiros socorros, devidamente equipada e com sinalética homologada (Pictograma Fotoluminescente).
- Sempre que se usar a caixa de primeiros socorros, o material usado deve ser reposto.



A caixa de primeiros socorros deverá conter o seguinte:

- Pensos rápidos de vários tamanhos, de cor viva e impermeáveis à água;
- Compressas de diferentes dimensões;
- Tesoura (pontas redondas) e pinça;
- Betadine/clorohexidina (unidose);
- Ligaduras de 10 cm de largura;
- Máscaras naso-bucais;
- Luvas esterilizadas em látex de 2 tamanhos (maior e mais pequeno);



A caixa de primeiros socorros deverá conter o seguinte:

- Gaze esterilizada e algodão hidrófilo;
- Produto desinfetante (água oxigenada);
- Álcool etílico 70% (unidose);
- Rolo adesivo;
- Pomadas para feridas e queimaduras (por indicação médica);
- Soro fisiológico (unidose).



Vestiários e instalações do pessoal de serviço



- Segundo Portaria 987/93 de 6 outubro que aprova as prescrições mínimas de segurança e de saúde nos locais de trabalho, o Decreto de Lei 243/86 de 20 de agosto e a Portaria n.º 149/88 de 1 de março, existem determinadas condições a que as instalações e vestiários do pessoal de serviço devem obedecer.



Condições a que as instalações e vestiários do pessoal de serviço

- Devem existir instalações sanitárias para o pessoal de serviço, sempre que possível com separação de sexos;
- Torneiras de comando não manual, isto é, de pedal ou com sensores;
- Os vestiários devem ser dotados de iluminação e ventilação adequadas e serem equipados com armários individuais (cacifos) de número igual ao dos trabalhadores, possíveis de fechar à chave;
- Papel higiénico e vassoura em material imputrescível são fundamentais junto às sanitas;



Condições a que as instalações e vestiários do pessoal de serviço

- Os chuveiros devem ser equipados com as melhores condições, água quente e fria, na proporção de 1 para 10 trabalhadores, tendo em consideração as exigências associadas à atividade e salubridade da empresa ou estabelecimento, devendo estes encontrarem-se separados por sexo;
- Existência de escova de unhas individual, toalhetes de papel e sabão líquido bactericida. Estes acessórios são essenciais e devem estar junto dos lavabos;
- Caixotes de lixo, convenientemente revestidos com sacos de plástico e de acionamento por pedal;
- Os vestiários devem encontrar-se sempre arrumados e higienizados.

Hábitos na zona de laboração

- Nas zonas ou secções em que se encontrem alimentos, em particular quando estes são manipulados, devem evitar-se quaisquer ações suscetíveis de os contaminar, como por exemplo:
 - Soprar ou meter as mãos dentro dos sacos de acondicionamento para os abrir mais facilmente;
 - Espirrar ou tossir sobre os alimentos;
 - Cuspir ou expetorar;
 - Falar ou soprar perto dos alimentos;
 - Mascar pastilha elástica;
 - Usar anéis, pulseiras, relógios ou outros adornos.



Para além disto ainda se deve evitar:



- Meter os dedos na boca, nariz, olhos e ouvidos;
- Mexer no cabelo;
- Comer;
- Roer as unhas;
- Fumar;
- Mexer em dinheiro;
- Utilizar telemóvel.

É de realçar que deverão tomar-se medidas necessárias para impedir que as pessoas que visitam as instalações as contaminem.



De entre estas precauções é de citar, nomeadamente, o uso de vestuário de proteção adequado.



Higienização das instalações, equipamentos e utensílios



Higiene

- A higiene, através da desinfecção, esterilização e outros métodos de limpeza, é um conjunto de conhecimentos e técnicas para evitar doenças infecciosas com o objetivo de conservar e fortificar a saúde.
- A higiene pública fiscaliza todas as medidas profiláticas destinadas a destruir os germes nas substâncias e nos géneros de consumo.
- A higiene individual compreende não só os cuidados de limpeza corporal, do vestuário e das instalações, mas também a higiene alimentar, isto é, tudo que é suscetível de impedir os contágios ou de prevenir as intoxicações e os envenenamentos produzidos pelos alimentos ou pelos utensílios que servem para a sua cocção.

- O elevado grau de higiene das instalações e utensílios é fundamental para reduzir a ocorrência de contaminações alimentares, produzindo-se assim alimentos com o mínimo de risco à saúde humana.
- Todos os locais de recepção, armazenagem, preparação, confeção e distribuição, bem como todos os equipamentos e utensílios neles existentes, deverão apresentar-se escrupulosamente higienizados.
- Nunca esquecer que a água utilizada para a limpeza deve ser potável.
- A temperatura de lavagem e desinfecção é muito importante.





Nível de lavagem	Classe	Temperatura (°C)
Pré-lavagem	Água fria (tépida)	20 – 30
Desinfecção	Térmica	60 – 65
	Química { Ácida Neutra Básica	
Pasteurização	Baixa	65 – 75
	Alta	80 – 85
	Escaldamento	85 – 90
	Esterilização	100
	UHT	120 – 140

- os objetivos da lavagem são a higiene (lavado), a desinfecção (limpo), e a odorização (perfumado).
- As principais condições para se obter uma boa lavagem são as seguintes: lavado, devido a razões higiênicas, sociais e culturais, desinfetado por razões sanitárias, as quais evitam doenças e perfumado, por a odorização ser sinónimo de limpo e desinfetado.
- É de lembrar que a limpeza e a desinfecção, ainda que muitas vezes se efetuem quase simultaneamente e com técnicas idênticas, têm funções próprias e específicas.




- A operação de limpeza, consiste em retirar das superfícies todo e qualquer tipo de resíduos (restos de alimentos, detritos, gorduras, sujidade etc.), com o recurso a detergentes.
- No caso da desinfeção, esta consiste na eliminação dos micro-organismos prejudiciais à saúde e faz-se com desinfetantes.
- Esta operação é sempre efetuada após a operação de limpeza, respeitar as indicações de dosagem, tempo de contacto e modo de aplicação do desinfetante.



- Os funcionários a quem forem distribuídas tarefas de higienização, devem utilizar vestuário adequado e exclusivo a esse fim.
- Durante a execução destas tarefas, não podem de qualquer forma contatar diretamente com as atividades de produção de alimentos.





Os critérios de limpeza são definidos do seguinte modo:

- **Limpeza Física:** Remoção de sinais aparentes da sujeira, poeiras, etc;
- **Limpeza Química:** Remoção de resíduos de produtos de lavagem ou outros (pesticidas, detergente, desinfetantes, etc.);
- **Limpeza Bacteriológica:** Remoção de bactérias e de outros micro-organismos.

Produtos de Limpeza

- As diversas informações relativas aos químicos devem ser fornecidas por uma empresa de higiene profissional.
- Os produtos de limpeza desempenham um papel fundamental nas operações de higienização. Não só facilitam as operações, como aumentam a sua eficácia, para além de economizarem tempo.
- Os detergentes e desinfetantes são de extrema importância no setor da área alimentar, pois são estes produtos que vão eliminar sujidade e cargas microbianas.



Produtos de Limpeza



- Os funcionários que utilizam os produtos de limpeza, que são usados nas diversas áreas para limpeza, devem conhecer bem as características dos produtos.
- Devem, por isso, possuir um dossier com as fichas técnicas e de segurança dos químicos, que são utilizados na higienização e devem receber formação sobre estes produtos.
- Portanto, os detergentes e os desinfetantes exigem cuidados especiais.

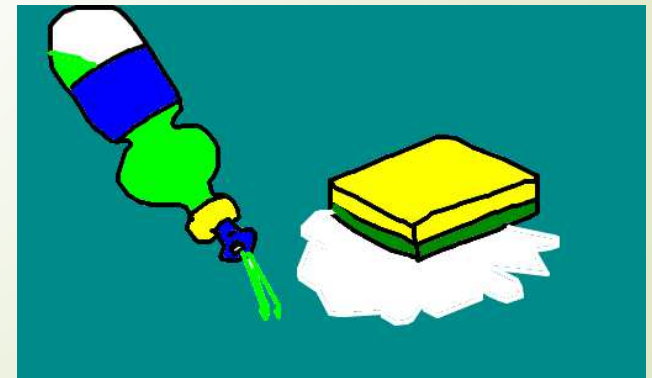
Critérios para seleção do agente de limpeza e desinfecção

- O tipo de superfície a limpar;
- O tipo de contaminação presente na superfície;
- O tempo disponível para as operações de higienização;
- O tipo de microrganismos presentes.



Propriedades desejáveis para um detergente ideal:

- Rápida e completa solubilidade;
- Não corrosivo para as superfícies em inox;
- Neutralizador da dureza da água;
- Boa ação molhante;
- Emulsionante ou saporificante das gorduras;
- Dissolvente dos resíduos sólidos dos alimentos;
- Não corrosivo para as várias superfícies;
- Boa ação de penetração;
- Resistente à matéria orgânica.



Propriedades desejáveis para um desinfetante:

- Letal para os micro-organismos;
- Não tóxico;
- Estável;
- Não corrosivo;
- Capacidade de penetração;
- Resistente à matéria orgânica.



- Os diferentes produtos de limpeza apresentam pH distintos.
- O pH de 0 – 5,5 considerado ácido é para efetuar limpezas difíceis e desincrustantes; o pH de 5,5 – 7,5 neutros para limpezas diárias; e os alcalinos pH de 7,5 – 14 destinam-se a limpezas desengordurantes e diárias.

Produto	pH	Dosagem	Espuma	Aroma	Higienizante	Limpeza Diária	Limpeza Profunda
Ácido	1	3%	Baixa	Não	Não		X
Neutro	7	0,3%	Alta	Sim	Sim	X	
Alcalino	12	1-2%	Média	Sim	Não	X	

Várias categorias de produtos de limpeza



- Produtos ecológicos (são 100% Biodegradáveis);
- Super concentrados;
- Desengordurantes;
- Higienizantes;
- controlo de odores;
- Limpeza profunda de pavimentos;
- Proteção de pavimentos;
- Recuperação de pavimentos;

Várias categorias de produtos de limpeza

- Limpeza e manutenção de pavimentos;
- Prontos a usar, utilização e secagem rápida;
- Superfícies e mobiliário;
- Sanitários;
- Linha saudável (lares, centros);
- Indústria alimentar/restauração (HACCP);
- Entre outros.



Recomendações gerais para uma correta manipulação dos produtos de limpeza e de desinfecção

- Usar somente produtos comerciais autorizados pelas chefias;
- Manipular sempre os produtos de limpeza e desinfecção com cuidado, longe dos alimentos para que não ocorram eventuais derrames sobre estes, (evita assim acidentes que afetam a segurança dos alimentos), evite salpicar com o produto.

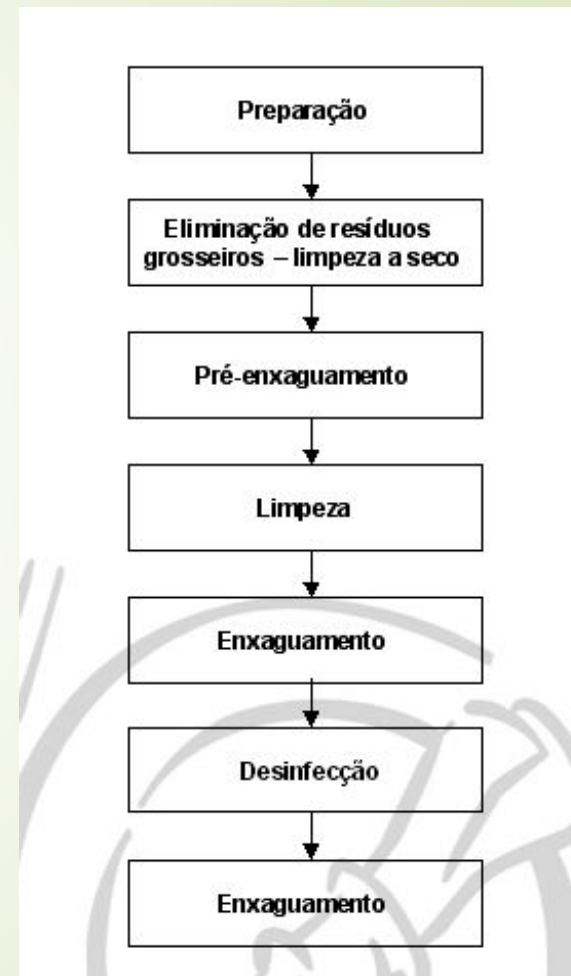


Precauções

- Manter os produtos nas embalagens originais sempre que seja possível;
- Em especial, evitar colocar produtos de limpeza e desinfecção em garrafas de água ou outra bebida que possam induzir em erro;
- No caso de precisar de os colocar em recipientes que não os originais, ter a preocupação de os rotular claramente;
- Misturar, somente, produtos cuja mistura seja expressamente autorizada pelas chefias; ter em atenção que algumas substâncias ficam inativas quando se misturam com outras, e dão lugar a produtos tóxicos, etc.;
- Armazenar os produtos de limpeza e desinfecção sempre bem etiquetados e completamente separados dos alimentos, preferencialmente em armário ou local específico para o efeito.

Etapas para uma boa limpeza e desinfecção

1. Pré-limpeza (eliminar a sujidade encrostada);
2. Limpeza com detergente e água quente;
3. Enxaguar com água quente potável;
4. Desinfetar com desinfetante (fazer doseamento correto)
5. Enxaguar com água quente potável;
6. Secar bem o equipamento, os utensílios e as superfícies. A secagem é de extrema importância, pois a humidade é um fator que agrava o desenvolvimento de micro-organismos.



Limpeza das instalações, equipamentos e utensílios

- Antes de iniciar as atividades de limpeza e desinfecção deve-se preparar previamente todo o material necessário ao procedimento, usando-se os materiais e equipamentos adequados de acordo com a necessidade e condições de risco.
- As limpezas devem-se iniciar pelo teto, segundo as paredes e por último mobiliários e pavimento.
- Fazer movimentos amplos, do lugar mais alto para o mais baixo e da parte mais distante para a mais próxima, em linha paralela em sentido único, nunca em movimentos vaivém ou ziguezague.
- Deve-se começar a limpeza sempre do fundo dos recintos, salas e corredores e prosseguir em direção à saída.

- É igualmente aconselhável usar a solução desinfetante após a limpeza e o equipamento de proteção, sinalizando o local que está a ser higienizado.
- Não deixar materiais e equipamentos de higienização nos espaços, devendo, após o trabalho, serem limpos, secos e guardados nas secções de materiais de limpeza.
- Regra geral, devem ser limpos todos os espaços das instalações que possam conter ou desenvolver micro-organismos.





Instalações



Pavimentos

- Os pavimentos das zonas de armazenamento, produção, embalagem, entre outras, devem apresentar-se limpos e desinfetados, sem mosaicos partidos, sem fissuras ou descontinuidades, nem qualquer tipo de buraco ou fratura. Qualquer ralo de ligação a esgotos deve possuir tampas ou grades de proteção.
- Durante todo o processamento é interdita a utilização de baldes ou outros recipientes para a projeção de líquidos à distância.
- Nunca se deve varrer a seco os locais onde se manipulam, preparam, produzem, embalam e armazenam os produtos alimentares.

Paredes

- As paredes das zonas de manipulação, preparação, produção, deverão ser higienizadas diariamente após o trabalho.
- Deve ser dada especial atenção as juntas dos azulejos pois podem favorecer a acumulação de sujidade.



Tetos

- Os tetos deverão ser alvo de limpeza sempre que apresentem humidade (formação de bolores), teias de aranhas.
- A limpeza dos tetos só deve ser realizada quando não estiverem a ser produzidos os alimentos.



Janelas



- Devem apresentar-se sempre limpas, sem vestígios de pó, gordura e outros resíduos.
- A limpeza deverá ser realizada sempre que necessário.
- As janelas devem estar protegidas com redes mosquiteiras para impedirem a entrada de insetos.

Portas

- As portas deverão apresentar-se sempre limpas, sem vestígios de pó, gordura e outros resíduos.
- Deve-se proceder a uma limpeza diária.
- Os respetivos manípulos deverão ser alvo de uma limpeza mais cuidada e de uma desinfeção.



Escadas e equipamentos acessórios

- Deverão merecer dos mesmos cuidados de higiene e desinfecção dos outros locais.



Download from
Dreamstime.com
This watermark comp image is for previewing purposes only.



49839196
John Takai | Dreamstime.com

Higienização

Cuidados com a higienização:

Guardar caneca, pratos e talheres em caixas plásticas fechadas com tampa após a lavagem.



Retirar o
excesso



Enxaguar



Lavar com
detergente



Escaldar os
utensílios

Dica: Deixar uma bacia com água e sabão na devolução dos pratos e talheres para ajudar retirar resíduos mais difíceis.

Higiene dos Utensílios e Equipamentos

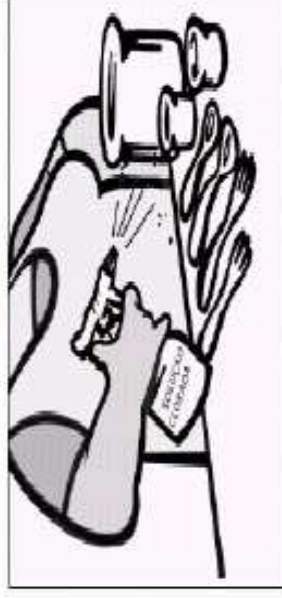
☞ Tudo aquilo que entra em contatos com os alimentos deve ser bem higienizado. Por isso deve ser feita a etapa da limpeza e desinfecção.



1º Limpeza: retiramos a sujeira que vemos;

IMPORTANTE

☞ Os utensílios devem ser guardados em local limpo seco e protegidos de poeiras, insetos e outros animais.



2º Desinfecção: retiramos a sujeira que não vemos (os microorganismos)

Ralos de escoamento e esgotos

- Deverão apresentar-se sempre limpos e sem vestígios de gorduras, restos de comida e outros resíduos.



Instalações sanitárias e vestiários

- Como são zonas de grande proliferação de microrganismos devem permanecer sempre em perfeito estado de higienização e devidamente arrumadas.
- Devem ser limpas e desinfetadas diariamente e os cacifos devem manter-se limpos e arrumados.



Outros Compartimentos (escritórios, corredores, Etc.):



- ▶ Tanto o mobiliário como os restantes bens dos diferentes espaços devem encontrar-se em adequado estado de conservação.
- ▶ Efetuar a limpeza diária e desinfeção conforme plano de higiene e sempre que necessário.



Equipamentos

- Todas as bancadas de trabalho, superfícies etc., deverão ser limpas e desinfetadas após cada utilização.
- Deverão ser usadas toalhas de papel descartáveis para secar as superfícies.
- Do mesmo modo as máquinas deverão ser desmontadas e devidamente higienizadas após cada utilização (ou no final de trabalho); Feito isto, deverão ser protegidas e bem secas.
- No caso dos equipamentos de produção, nomeadamente, os equipamentos/máquinas (como por exemplo balanças, classificadoras, etc.) deverão ser higienizados de acordo com o manual de instruções e planos de higiene.



Limpeza do equipamento de frio

- Fazer a limpeza quando estas estiverem vazias e desligadas;
- Se precisar de as limpar e estas conterem alimentos, é necessário mudá-las, previamente, para outro equipamento de frio;
- Começar por efetuar a descongelação, no caso do equipamento de congelação. Se, se produzirem acumulações de líquidos vão-se escoando;
- Não tentar, em caso algum, separar os blocos de gelo que estejam aderentes às paredes;



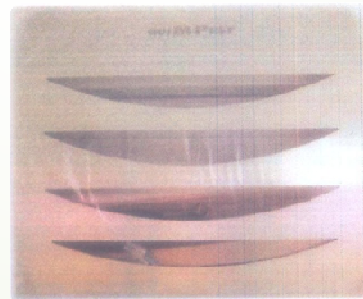
Limpeza do equipamento de frio

- Utilizar um esfregão suave, ou outro material próprio, molhado em água temperada e com a solução de detergente e desinfetante, deixando atuar no tempo certo;
- Enxaguar com água limpa e secar as superfícies com um pano limpo;
- Não usar objetos cortantes para raspar as superfícies;
- Voltar a ligar os equipamentos de frio;
- Prestar atenção às peças para escoar a água. Desmontá-las periodicamente e assegurar de que não há entupimentos.



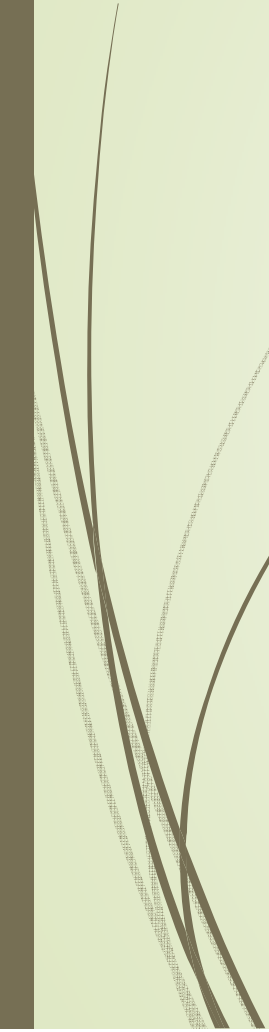
Eletrocutores ou Insetocutores de Insetos:

- Os eletrocutores ou Insetocutores de insetos, deverão ser limpos sempre que apresentem quantidade elevadas de insetos
- Os aparelhos devem ser desligados da corrente elétrica antes de se proceder à sua limpeza.





Utensílios

- Os utensílios, por terem contacto direto com os alimentos, requerem uma preocupação permanente dos manipuladores.
 - Deve ter-se sempre em atenção que os utensílios se não estiverem nas melhores condições de higiene, podem ser focos de proliferação microbiana, podendo dar origem a contaminações cruzadas.
 - A utilização de materiais em madeira deve ser evitada.
- 



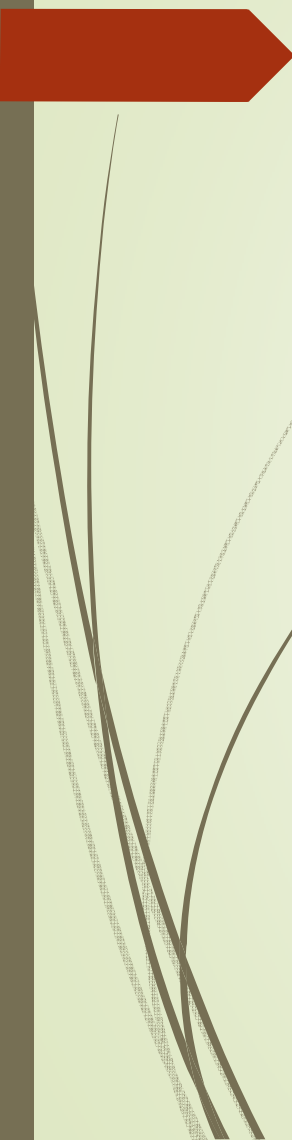
Limpeza de louça e utensílios de uma unidade transformadora de alimentos

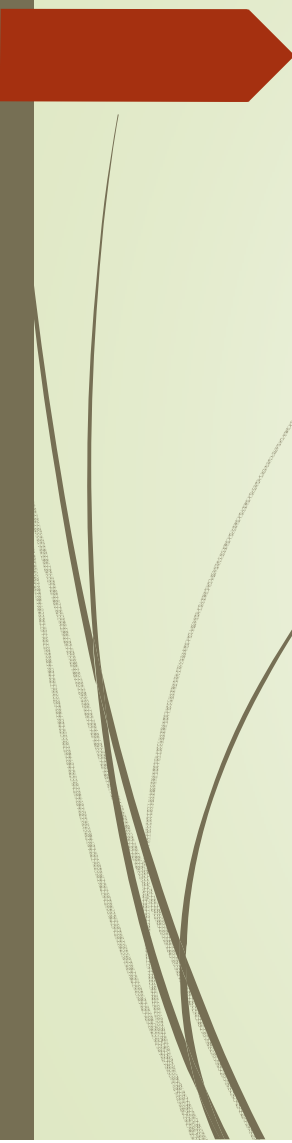
- No transporte da louça suja e dos restos das mesas deverá ser organizado e conhecido por todas as pessoas que aí trabalham de forma a evitar o cruzamento com zonas limpas;
- Na copa suja (local destinado à lavagem de louça e de utensílios) deve-se despejar imediatamente os restos dos alimentos para os recipientes de lixo;
- A copa limpa, secção destinada ao empratamento e distribuição do serviço, e ao armazenamento de louça limpa.

A lavagem de louça deve ser realizada na máquina.

Designação de máquinas de lavar

- Máquina de lavar copos e chávenas;
- Máquina de lavar pratos de abertura frontal;
- Máquina de lavar pratos de capota;
- Máquina de lavar tachos e panelas de capota;
- Máquina de lavar de túnel compacta;
- Máquina de lavar de túnel modular.

- 
- Uma máquina de louça corretamente regulada é geralmente mais rápida, económica e higiénica.
 - As instruções de funcionamento devem ser claras e estar afixadas.
 - As temperaturas da água e do ar e o dispositivo de doseamento deverão ser aferidos periodicamente.
 - As máquinas de lavar modernas já se encontram equipadas com sistemas que permitem manter a temperatura da água de sanitização constante e com sistemas de enxaguamento constante (84°C), graças aos dispositivos extras, nomeadamente caldeira atmosférica, válvula antirretorno e uma bomba de circulação suplementar, garantindo assim a sanitização da louça.
 - Este controlo poderá ser integrado no sistema de monitorização do HACCP.

- 
- Nos casos em que seja necessário lavar alguns utensílios à mão, a água a utilizar deve encontrar-se a uma temperatura ideal, procedendo-se primeiro à lavagem da loiça numa solução a cerca de 40°C e, em seguida, passada por água mais quente.
 - A água deve ser mudada frequentemente, não devendo ficar estagnada na banca.
 - Além disso, toda a louça com defeitos deve ser substituída, tal como as esponjas, os esfregões, as escovas e os panos que se encontrem sujos.

Recolha e depósito de resíduos no local de trabalho

- Todos os tipos de resíduos devem ser considerados problemáticos do ponto de vista sanitário.
- A sua recolha deve ser realizado diariamente e quando necessário.
- Não se devem realizar trajetos desnecessários com os resíduos, sendo aconselhável levá-los diretamente para o local determinado para a sua armazenagem.
- Os recipientes destinados à eliminação de qualquer tipo de resíduos devem estar destinados única e exclusivamente para esse fim.
- Não é igualmente aconselhável realizar com nenhum resíduo manipulações intermédias de qualquer tipo, por exemplo, nunca acabar de encher o saco de um recipiente com o conteúdo de outro meio-cheio.

Recipientes do lixo

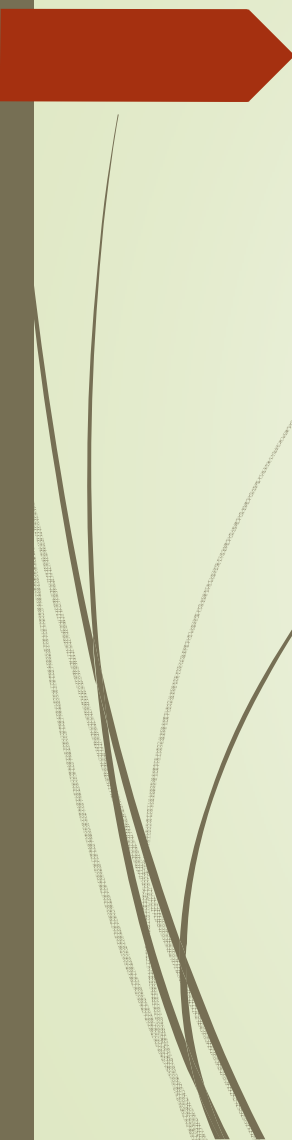
- Os caixotes do lixo devem ser de materiais de fácil lavagem, com tampa não manual, estrategicamente colocados ao longo do circuito de laboração e revestidos com sacos de plástico de utilização única.
- Os recipientes do lixo devem ser lavados e desinfetados diariamente e devem permanecer tapados sempre que não estejam em utilização, evitando-se a acumulação excessiva de detritos.




- Os sacos não deverão estar cheios na totalidade, a fim de facilmente serem fechados.
- Caso o saco se rompa e derramar parte do conteúdo, resolver de imediato o problema, de forma a que os resíduos sejam recolhidos imediatamente, ficando o chão e o recipiente perfeitamente limpos.
- Ao finalizar o dia de trabalho, devem-se fechar os sacos do lixo e transportá-los diretamente ao depósito, deixando os mesmos higienizados e com novos sacos.



imagem meramente ilustrativa

- 
- Outro aspeto importante que se deve ter em consideração é a reciclagem, processo de transformação dos resíduos depois de terem sido separados por famílias de materiais em novos objetos.
 - Esta transformação faz-se através da utilização desses resíduos, substituindo-os por materiais novos no processo de produção. Há dois tipos de reciclagem, a primária e a secundária.
 - Na primária os resíduos são convertidos em produtos do mesmo tipo;
 - na reciclagem secundária os resíduos são convertidos noutra tipo de produtos.
 - Alguns números mostram a importância de reciclar:
 - Por cada tonelada de papel reciclado evita-se o abate de 20 árvores, economiza-se 71% de energia elétrica, 90% de água e 74% de poluição do ar.

As vantagens em reciclar são:

- Economia das matérias-primas essenciais;
 - Redução do montante de resíduos não biodegradáveis;
 - Fornecimento de matérias-primas secundárias;
 - Economia de energia;
 - Remoção de materiais perigosos;
- 
- The image shows three large, upright recycling bins in a row: yellow, blue, and green. A young child with blonde hair, wearing a blue shirt, is standing next to the green bin and touching its side. The bins are set outdoors on a grassy area with trees in the background under a clear blue sky.
- Redução do impacte ambiental causado pela extração de recursos;
 - Criação de postos de trabalho;
 - Contribuição para um desenvolvimento sustentável;
 - Redução de resíduos a colocar em aterro.

No caso dos materiais recicláveis

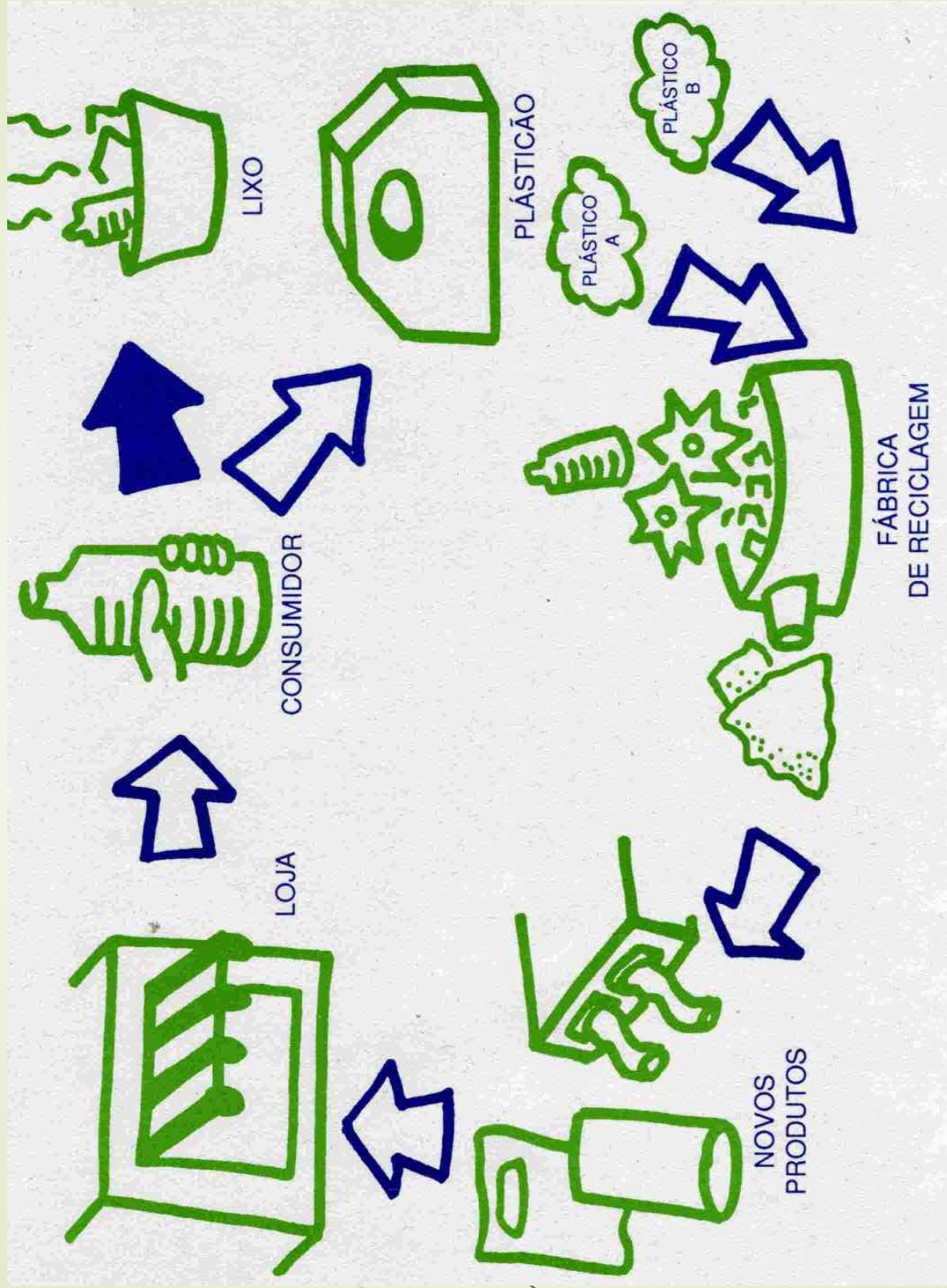


- O papel e o cartão, estes resíduos representam cerca de 25% da composição física dos RSU (Resíduos Sólidos Urbanos) no nosso país e são a segunda fileira mais representativa.
- A reciclagem de papel e do cartão permite, assim, uma grande redução da quantidade de resíduos sólidos urbanos, permitindo evitar uma excessiva utilização dos recursos naturais, nomeadamente de matérias-primas, como a madeira e a água e ainda reduzir bastante o consumo de energia.



Outro material a considerar: o plástico

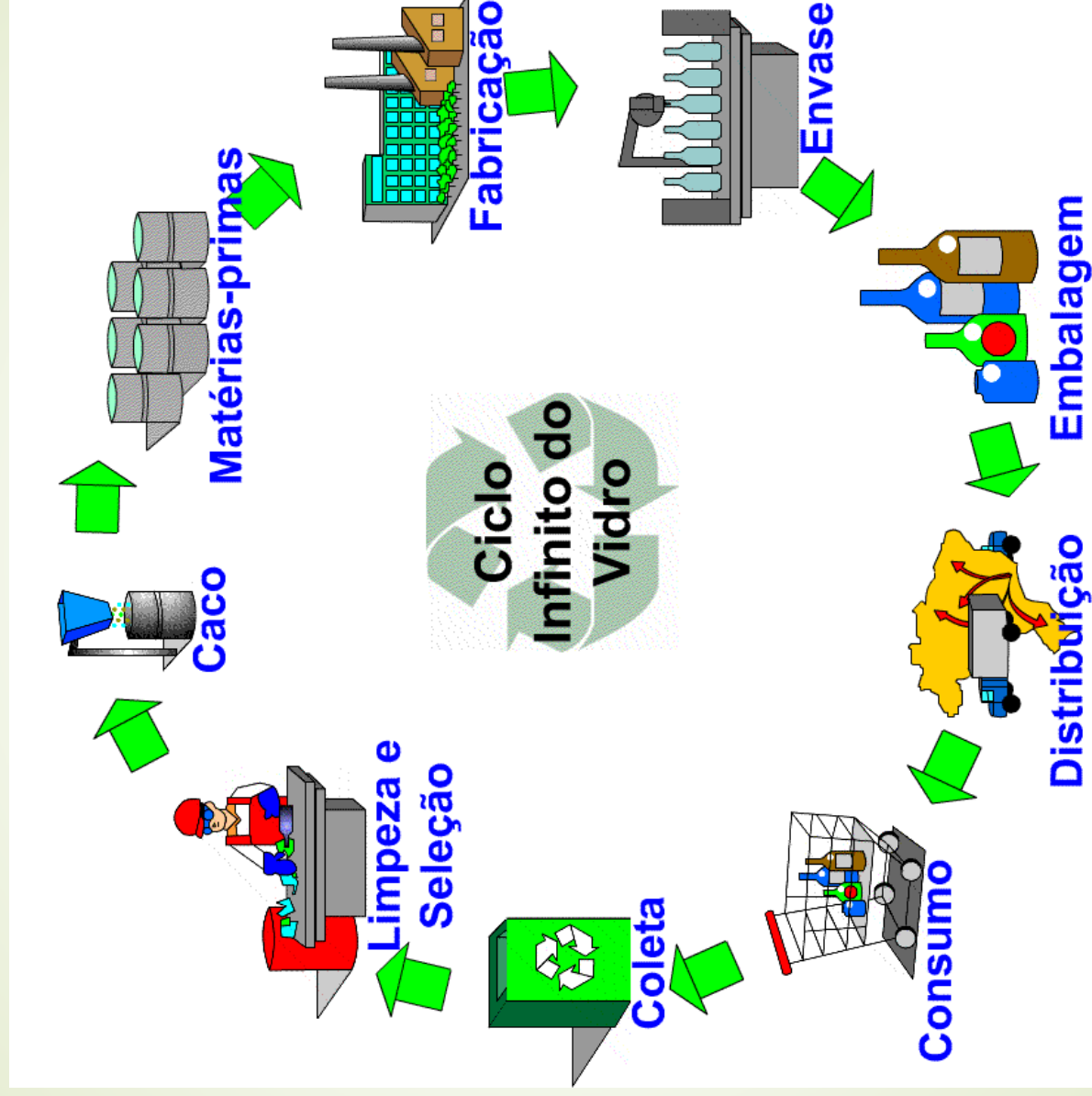
- Constitui cerca de 9,5% do peso da totalidade dos lixos domésticos e são materiais produzidos a partir de recursos naturais, como o petróleo, o gás natural, a hulha e o sal comum.
- A reciclagem do plástico permite assim, entre outras coisas, a:
 - Poupança de matérias-primas não renováveis, como o petróleo;
 - Redução do consumo de energia na fabricação de materiais plásticos;
 - Transformação de produtos de vida curta (embalagens), em produtos de vida longa;
 - Redução dos encargos com a remoção e tratamento de RSU.



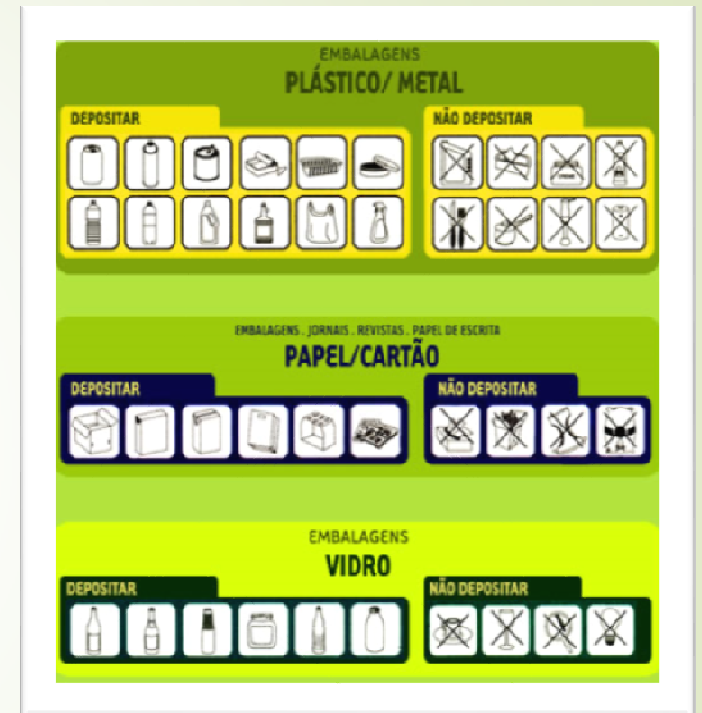


O caso do vidro

- A partir de uma tonelada de casco, pode produzir-se uma tonelada de vidro novo.
- Trata-se de um rendimento de 100%, logo uma situação extremamente favorável à indústria do vidro de embalagem.
- Para obter a mesma quantidade de vidro a partir de matéria-prima seria necessário 1,2 toneladas da mesma.
- Por cada 10% de casco adicional que é introduzido num forno, obtém-se 2,5 a 3% de poupança no consumo de energia. Caso fosse possível obter casco em qualidade e quantidade suficiente, para ser 100% o valor de incorporação deste num forno, então a poupança seria de 25 a 30%.
- As fábricas de vidro de embalagem existentes em Portugal (algumas delas bastante antigas) possuem, de um modo geral, a melhor tecnologia disponível internacionalmente, pois, caso contrário, não teriam capacidade competitiva.



- A existência de ecopontos no perímetro da unidade de transformação de produtos alimentares é bastante importante.
- O ecoponto é um conjunto de contentores com 3 cores (verde, azul e amarelo) onde se depositam materiais como o papel e o cartão, embalagens de plástico e de metal, vidro e pilhas. Os ecopontos localizam-se em vários locais públicos.



Os ecopontos distinguem-se através de cores, tendo a seguinte tipologia:

- Ecoponto Azul: papel e cartão.
- Ecoponto Verde: garrafas e embalagens de vidro.
- Ecoponto Amarelo: embalagens de cartão complexo, plástico e metal.
- As pilhas deverão colocadas no pilhão vermelho.



A Sociedade Ponto Verde (SPV)

- É uma entidade privada sem fins lucrativos,
- Constituída para dar cumprimento à legislação relativa à gestão de embalagens e resíduos de embalagens.
- É de salientar que, diversas associações e entidades solicitaram à SPV a criação de um subsistema que se designa Verdoreca.





O Verdoreca

- É uma área de atividade do Sistema Ponto Verde que visa conceder uma opção aos estabelecimentos Horeca, que permite comercializar bebidas, refrigerantes, cervejas e águas minerais naturais, de nascente ou outras águas embaladas, destinadas ao consumo imediato, em embalagens de tara perdida, cumprindo a legislação em vigor.
- A adesão é gratuita, bastando separar as embalagens vazias que são produzidas nos estabelecimentos da área alimentar, cumprindo as regras de separação e deposição seletivas de resíduos.



O Certificado Verdoreca

- Comprova que o estabelecimento se comprometeu a proceder à separação e deposição seletivas dos resíduos produzidos.
- O Certificado tem validade anual, estando a sua renovação dependente do cumprimento das obrigações contratuais.
- Este deve encontrar-se obrigatoriamente exposto num local visível, para facilitar a identificação de “Estabelecimento Verdoreca”



Certificado 2012

DATA DE EMISSÃO

01-01-2012

VALIDADE

31-12-2012

Nº CONTRATO

EST/02777154

27866

Este documento atesta que

PREVAL PADARIA PASTELARIA

sito em RUA MANUEL SOARES PINHEIRO 99, 3730-259 VILA CHÃ

explorado por ALBERTINA ELICE DE ALMEIDA

contribuinte nº 500222185

aderiu ao VERDORECA, subsistema da Sociedade Ponto Verde, Sociedade Gestora de Resíduos de Embalagens, S.A. pelo que está autorizado a comercializar bebidas refrigerantes, cervejas e águas minerais naturais, de nascentes ou outras águas embaladas destinadas a consumo imediato, em embalagens não-reutilizáveis, nos termos do contrato acima identificado e dos nº 3 e 4 do artigo 6º da Portaria nº 29-B/98 de 15 de Janeiro.

Pela Sociedade Ponto Verde

Linha VERDORECA

808 10 20 21

Dias úteis, das 9H às 18H

sociedade

ponto verde

De forma sucinta

- Salienta-se que no final da higienização dos diferentes espaços, é imperativo não descurar o processo de reciclagem, pois é de extrema importância para o meio ambiente.



Controlo de pragas

- As pragas são todos os animais que podem, eventualmente, contaminar os géneros alimentícios (ex.: pássaros, insetos, roedores, ratos, aracnídeos, baratas, entre outros).
- Os ratos são as pragas mais incómodas a nível de saúde pública, podendo a sua urina transmitir várias doenças, algumas delas mortais.



Controlo de pragas

- Os insetos (baratas, moscas, entre outros) são perigosos no sentido de arrastarem as bactérias dum lado para o outro (lixo – produtos alimentares/matérias-primas).
- Para evitar que apareçam baratas, dever-se-á ter em conta que estas se escondem em sítios quentes, húmidos, estreitos e pouco ventilados, como debaixo do equipamento de frio, máquinas e equipamento, devendo-se manter esses locais devidamente higienizados.



- É proibida a presença de animais domésticos (cães, gatos, pássaros, etc.), ou de plantas dentro das instalações.
- Isto devido ao risco que representam em termos de infestação e contaminação dos alimentos das instalações e do equipamento de trabalho.
- Para um eficiente controlo de pragas, as desinfestações devem ser efetuadas unicamente por pessoal especializado (empresas).





Algumas medidas preventivas para controlo de perigos das pragas:

- Bons procedimentos diários de limpeza e desinfeção das instalações, equipamentos e utensílios;
 - Bom estado de conservação das instalações;
 - Controlo de matérias-primas no momento da sua receção;
 - Garantir a inexistência de fendas e orifícios em paredes e pavimentos, canos rebentados, verificação e desinfeção dos esgotos.
- 