



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Nota Técnica Nº 009/2025, de 03/06/2025

Dispõe sobre higiene antes, durante e após refeições dos estudantes e no manuseio dos Preparadores de Alimentação Escolar

1

Referente a higiene dos estudantes antes, durante e após as refeições, segue as orientações conforme:

GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS MENORES DE 02 ANOS

“Mãos limpas na hora da comida

Antes de preparar a comida e de oferecê-la para a criança, deve-se lavar as mãos com água e sabão. Mãos sujas podem trazer micro-organismos e parasitas que transmitem doenças, por exemplo, as verminoses. As mãos das crianças também devem ser lavadas antes de comer.”

Página 106

“escovar os dentes da criança, pelo menos 2 vezes ao dia, com fio dental e escova com pasta com flúor, principalmente antes de dormir.” Página 109

GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS DE 02 A 10 ANOS

“• Ensine a criança a lavar as mãos antes das refeições e a escovar os dentes depois de comer.” Página 20

O Guia Alimentar para Crianças menores de 02 anos, na página 106 se refere a pessoa que irá ofertar a alimentação para a criança.

Sobre a higiene de Preparadores de Alimentação Escolar na preparação dos alimentos, seguir as orientações conforme:

MANUAL DE BOAS PRÁTICAS

“VIII. MANIPULADORES

1. Vestuário

As merendeiras devem utilizar uniformes de cor clara, adequados à atividade e exclusivo para área de produção.

O uniforme da área de produção deveria ser composto de calça branca, camiseta branca, touca e bota branca, fornecidos pela Prefeitura. Os uniformes devem estar sempre limpos e em adequado estado de conservação.

As merendeiras devem sempre se apresentar em boas condições, asseio pessoal, mãos limpas, unhas curtas, sem esmalte, sem adornos (anéis, pulseiras, brincos, relógios). Devem estar com os cabelos protegidos por touca e, no caso dos homens, devem estar barbeados.

Nenhuma peça do uniforme deve ser lavada dentro da cozinha.



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Visitantes – Todas as pessoas que não fazem parte da equipe de funcionários da área de manipulação ou elaboração de alimentos são consideradas visitantes, podendo constituir focos de contaminação durante o preparo dos alimentos. Portanto, são considerados visitantes: supervisores, consultores, fiscais, auditores, professores, diretores, alunos e todos aqueles que necessitem entrar nessas dependências. Os visitantes devem estar devidamente paramentados com rede ou touca para proteger os cabelos. Os visitantes não devem tocar os alimentos, equipamentos, utensílios ou qualquer outro material interno do estabelecimento. Não devem comer, fumar, mascar goma (chiclete) durante a visita. Não devem entrar na área de manipulação de alimentos os visitantes que estiverem com ferimentos expostos, gripes, ou qualquer outro quadro clínico que represente risco de contaminação. Cabe ao responsável, assim como a qualquer colaborador, a cobrança do uso proteção por parte dos visitantes.

2

2. Hábitos Higiênicos

Os manipuladores, ao chegarem ao local de trabalho, devem lavar sempre as mãos antes da manipulação dos alimentos, principalmente após qualquer interrupção e depois do uso de sanitários.

Os manipuladores devem seguir as seguintes orientações:

Pessoal (estética e asseio):

- Banho diário;
- Barba feita diariamente e não usar bigode e costeletas;
- Manter unhas curtas, limpas e sem esmalte ou base;
- Não usar pulseiras ou fitas, relógios, amuletos, colares, brincos, anéis, inclusive alianças;
- Usar desodorantes inodoros ou com cheiro sem utilização de perfume;
- Não fazer uso de celulares no interior da cozinha, quando necessário sua utilização, deve ser realizado fora da cozinha.



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Uniformes:

- Utilizar uniformes completos, de cores claras, bem conservados, limpos e com troca diária e utilização somente nas dependências internas do estabelecimento;
- Fazer uso de botas, impermeáveis e antiderrapantes, em boas condições de higiene e conservação. Devem ser utilizadas meias;
- Deve-se utilizar avental em PVC quando o trabalho em execução propiciar que os uniformes se sujem ou se molhem rapidamente, não devendo ser utilizado próximo ao calor;
- Usar cabelos presos e protegidos por redes ou toucas;
- Não utilizar panos ou sacos plásticos para proteção do uniforme;
- Não carregar no uniforme: canetas, lápis, batons, escovinhas, cigarros, isqueiros, relógios, telefone celular e outros adornos;
- Não lavar nenhuma peça do uniforme dentro da cozinha;
- O uniforme deve ser trocado fora da área de manipulação e armazenamento de alimentos.

Das Mãos:

Lavar as mãos cuidadosamente sempre que:

- Chegar ao trabalho;
- Depois de utilizar o banheiro;
- Depois de tossir, espirrar ou assoar o nariz;
- Depois de usar vassouras, panos e materiais de limpeza;
- Depois de tocar em embalagens, garrafas e alimentos sujos;
- Depois de lidar com alimentos crus e antes de começar a trabalhar com alimentos cozidos;
- Depois de recolher o lixo;
- Depois de pegar em dinheiro;
- Depois de tocar nos sapatos;



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

- Depois de usar o celular;
- Cada vez que as mãos estiverem sujas;
- Tocar em utensílios higienizados;
- Houver qualquer interrupção do serviço;
- Colocar e retirar as luvas;
- Houver necessidade.

4

Observação: Ao tossir ou espirrar, o manipulador deve afastar-se do alimento, cobrir a boca ou o nariz, se possível, com papel toalha descartável e depois lavar imediatamente as mãos e fazer a antisepsia (com sabonete bactericida). O suor deve ser enxugado também com papel toalha descartável. Em seguida, lavar as mãos.

A técnica adequada de higienização das mãos deve ser realizada da seguinte maneira (ANEXO 05 – POP 5):

- Umedecer as mãos e antebraços com água;
- Lavar com sabonete líquido, neutro, inodoro;
- Enxaguar bem as mãos e antebraços;
- Secar as mãos com papel toalha descartável não reciclado, ar quente ou qualquer outro procedimento adequado;
- Aplicar antisséptico*, deixando-o secar naturalmente ao ar, quando não for utilizado sabonete antisséptico;
- Pode ser aplicado antisséptico com as mãos úmidas.

*Os antissépticos permitidos são: álcool 70 %, soluções iodadas, iodóforos, clorhexidina ou outros produtos aprovados pelo Ministério da Saúde para esta finalidade. Serão afixados cartazes de orientações aos manipuladores sobre a correta lavagem e antisepsia das mãos, em locais de fácil visualização, inclusive nas instalações sanitárias e lavatórios.

Uso de Luvas Descartáveis:



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Quando não for possível a utilização de utensílios, o uso de luvas descartáveis deve ser obrigatório, especialmente na distribuição de alimentos prontos para o consumo como pães, biscoitos, bolos, frutas que serão ingeridas com a casca (ex: maçã, laranja com a pele branca).

5

3. Higiene Operacional (Hábitos)

Nas áreas onde existem alimentos/de manipulação de alimentos NÃO É PERMITIDO:

- Falar, cantar, assobiar, tossir, espirrar, mascar goma, palito, fósforo ou similares, chupar balas, comer;
- Cuspir;
- Assoar o nariz, colocar o dedo no nariz, na boca ou no ouvido, mexer no cabelo ou pentear-se;
- Enxugar o suor com as mãos, panos ou qualquer peça da vestimenta;
- Circular sem uniforme (os visitantes devem usar touca e avental);
- Secar as mãos e o suor com panos utilizados para secar louça ou qualquer peça do vestuário;
- Provar alimentos com talheres e não lavá-los antes de devolvê-los à panela;
- Mexer em dinheiro;
- Fazer o uso de utensílios e equipamentos sujos;
- Trabalhar diretamente com alimentos quando apresentar problemas de saúde (ferimentos e /ou infecção na pele, ou se estiver resfriado ou com gastroenterites);

4. Estado de Saúde

Os manipuladores não devem apresentar afecções cutâneas, feridas e supurações. Devem apresentar ausência de sintomas de infecções respiratórias, gastrintestinais e oculares.

Em caso de apresentarem alguns desses sintomas, o manipulador deverá informar ao responsável pelo estabelecimento para que sejam tomadas as providências cabíveis.

Referência: NR7

5. Equipamento de proteção Individual (EPI)



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

São acessórios/equipamentos que protegem o corpo humano contra acidentes que fogem ao controle do trabalhador, conforme definido pela CLT – Consolidação das Leis do Trabalho. Serão fornecidos pela empresa responsável pela mão de obra.”

6

Nas Formações para Preparadores de Alimentação Escolar, as questões sobre higiene no momento de preparo são sempre abordadas.

Em Visitas Técnicas os Nutricionistas observam o preparo das refeições quando a visita acontece no momento da preparação e caso necessário já realizam orientação no momento.

Já foi compartilhado alguns vídeos (abaixo) sobre o assunto no grupo de WhatsApp da Alimentação e Nutrição Escolar para que os diretores os compartilhassem com os Preparadores de Alimentação Escolar.

[POP 001 – Lavagem Correta das Mãos](#)

[POP 002 - Saúde dos Manipuladores - YouTube](#)

Elaine Witt Motoda
CRN-3 – RT – Nº 8490

Carlos A. F. Marques Junior
CRN-3 – Nº 68319