



HIGIENE NA MANIPULAÇÃO DOS ALIMENTOS

HIGIENE DOS ALIMENTOS

Compreende as medidas preventivas necessárias na preparação, manipulação, armazenamento, transporte e venda de alimentos, para garantir produtos que não causem danos e sejam adequados ao consumo humano.



DÚVIDAS FREQUENTES DE COMO HIGIENIZAR ALGUNS ALIMENTOS

Ovos

Não é permitida a utilização de ovos com as cascas rachadas ou sujas;

Devem ser manipulados de maneira que o conteúdo não entre em contato com a superfície externa da casca, de forma a evitar a contaminação cruzada;

São proibidas preparações em que os ovos permaneçam crus ou mal cozidos. Os ovos cozidos devem ser fervidos por 7 minutos e os ovos fritos devem apresentar a gema dura. Nas preparações sem cocção devem ser utilizados ovos pasteurizados, cozidos ou desidratados.

Frutas, Verduras e Legumes

Seleção para retirada de partes e unidades estragadas;

Seleção para retirada de unidades com brotos, sujidades, larvas e outras partes comprometidas; Lavagem cuidadosa efetuada em água corrente e potável: folha por folha, legume por legume, cacho por cacho, fruta por fruta; Desinfecção realizada conforme a recomendação do fabricante do produto saneante utilizado ou para cada 1 litro de água colocar 1 colher de sopa de água sanitária e deixar de molho por 10 minutos. Depois enxaguar em água corrente. Essa desinfecção deve ser feita para frutas, verduras e legumes que serão consumidos crus.

NÃO PRECISAM SOFRER DESINFECÇÃO:

- I. As frutas, legumes, verduras e demais vegetais que irão sofrer ação do calor, como aqueles usados no preparo de doces, tortas, bolos, assados, refogados entre outras formas de preparo;
- II. As frutas cujas cascas não serão consumidas; e nesse processo descascar a fruta com uma mão e retirar a fruta da casca com a outra mão que não tocou na casca.
- III. As frutas, legumes e demais vegetais destinados ao preparo de sucos e vitaminas cujas cascas não serão utilizadas no processo.
(Portaria 2619, 7.9.1)

EQUIPAMENTOS, UTENSÍLIOS E SUPERFÍCIES USADAS NO PREPARO DOS ALIMENTOS:

Todos os equipamentos, utensílios e superfícies usadas no preparo dos alimentos devem ser lavadas e desmontadas, sempre que possível para a completa lavagem com detergente ou sabão. Para as superfícies e cantinhos mais difíceis, deve-se usar esponjas e escovas exclusivas para esse fim e devem ficar separadas de outros utensílios usados na limpeza da casa.

EQUIPAMENTOS E MATERIAIS DE LIMPEZA:

Todos os materiais, utensílios e equipamentos usados na limpeza como: panos de limpeza, vassouras, rodos, pás de lixo, baldes, lavadoras de pisos, entre outros, devem ser mantidos limpos, bem conservados e guardados em local próprio e identificado, separados dos alimentos.

DOENÇAS TRANSMITIDAS POR ALIMENTOS (DTA)

O que são DTA?

Doenças provocadas pela ingestão de alimentos, água ou bebidas que possam estar contaminados por bactérias, vírus e parasitas prejudiciais à nossa saúde. Outras vezes, a transmissão pode ocorrer pelo contato com as fezes de uma pessoa contaminada.

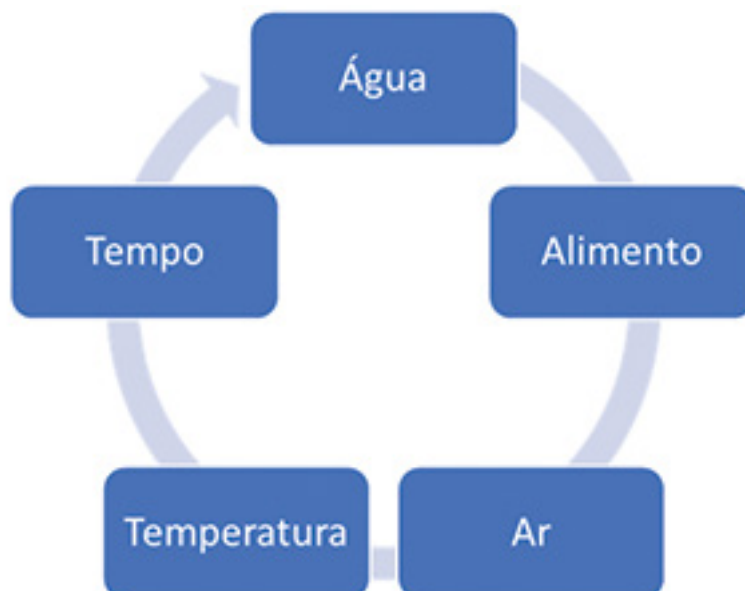
Os sintomas mais comuns de DTA são vômitos e diarreias, podendo também apresentar dores abdominais, dor de cabeça, febre, alteração da visão, olhos inchados, dentre outros. Para adultos saudáveis, a maioria das DTA dura poucos dias e não deixa sequelas; para as crianças, as grávidas, os idosos e as pessoas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



GRUPOS MAIS AFETADOS



CONDIÇÕES PARA MULTIPLICAÇÃO DOS MICRO-ORGANISMOS



Quanto mais tempo o alimento permanecer na temperatura ambiente, maiores os riscos!

DÚVIDAS FREQUENTES OU ERROS MAIS COMUNS:

Você sabe o que é Contaminação Cruzada?

Passagem de contaminação de uma área ou alimento para áreas ou alimentos que antes não estavam contaminados, isso acontece por meio de superfícies de contato, mãos, utensílios, equipamentos, entre outros.



Evite manipular alimentos crus e cozidos ao mesmo tempo utilizando a mesma tábua, facas ou outro utensílio.

Posso deixar quanto tempo o meu alimento fora da geladeira depois de pronto?

O tempo de permanência dos alimentos perecíveis (aqueles que estragam com facilidade) em temperatura ambiente não deve ultrapassar 30 minutos. (7.15. 26 19).

Exemplo:

Os alimentos que foram preparados para o almoço não devem ficar em temperatura ambiente para esfriar por mais de 30 minutos antes de serem colocados na geladeira. Dessa forma, os alimentos que foram preparados para o almoço não podem ficar fora da geladeira até a hora do jantar.

Como descongelar os alimentos?

O descongelamento dos alimentos deve acontecer na geladeira, micro-ondas ou diretamente no fogo, nunca deixe em temperatura ambiente para serem descongelados.

Os alimentos que tenham sido descongelados não devem ser congelados novamente, exceto os alimentos crus que passem por processo de cocção e os alimentos crus semiprontos, feitos com carnes descongeladas, desde que sejam preparados diretamente na cocção, sem descongelamento prévio.



ANOTAÇÕES
HIGIENE NA MANIPULAÇÃO DOS ALIMENTOS

ANOTAÇÕES
HIGIENE NA MANIPULAÇÃO DOS ALIMENTOS

ANOTAÇÕES
HIGIENE NA MANIPULAÇÃO DOS ALIMENTOS

ANOTAÇÕES
HIGIENE NA MANIPULAÇÃO DOS ALIMENTOS

REFERÊNCIAS:

Alimentos em Só Biologia. Virtuuous Tecnologia da Informação, 2008-2022.

Consultado em 28/04/2022 às 04:19. Disponível em: <https://www.sobiologia.com.br/conteudos/Corpo/alimentos.php>

BRASIL, Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária.

Resolução nº 216 de 15 de setembro de 2004. Dispõe sobre Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria CVS 5, de 09 de abril de 2013.

Aprova o regulamento técnico sobre Boas Práticas para serviços de alimentação, e o roteiro de inspeção. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 19 de abril de 2013.

PORTARIA 2619/11 - SMS

Publicada em DOC 06/12/2011 - Higiene e Legislação dos Alimentos. Página 23.

AUTORES

Letícia Seidel Simões

Discente de Graduação 6º. semestre do Curso de Nutrição do UNASP

Júlio César da Conceição Ferreira

Discente de Graduação 6º. semestre do Curso de Nutrição do UNASP

Jocilene Silva

Discente de Graduação 6º. semestre do Curso de Nutrição do UNASP

Jemima Cathrina Gessner

Discente de Graduação 6º. semestre do Curso de Nutrição do UNASP

Isadora Natali Strutz

Discente de Graduação 6º. semestre do Curso de Nutrição do UNASP

Michelle Fernandes Barbosa

Discente do Mestrado Profissional em Promoção da Saúde do UNASP

Gabriela Soares Meira

Nutricionista do Município de Itapecerica da Serra

Marcia Maria Hernandes de Abreu de Oliveira Salgueiro

Docente do Curso de Nutrição e do Mestrado Profissional em
Promoção da Saúde do UNASP



