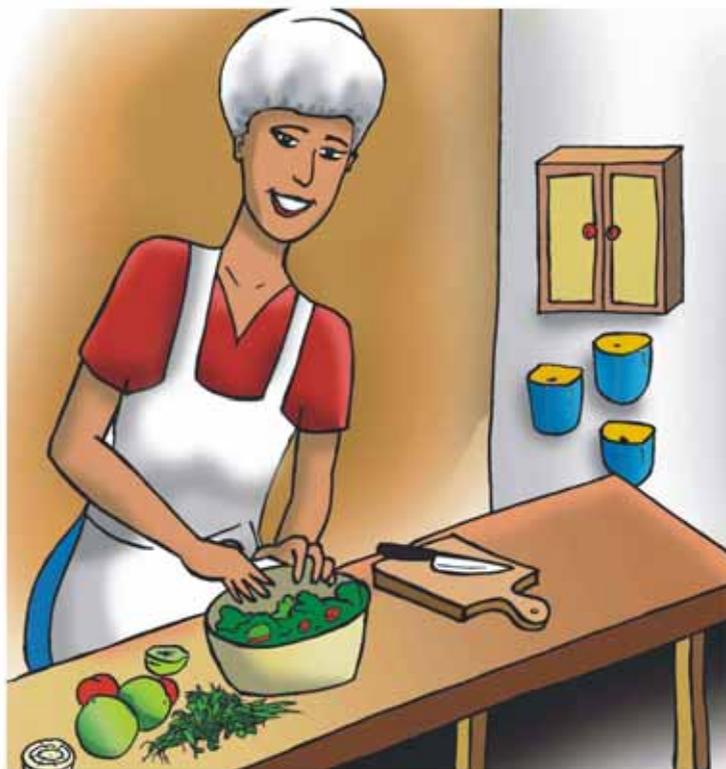


Documentos

ISSN 1517-2201 287
Dezembro, 2007

Higiene na Manipulação de Alimentos



CT BRASIL
Ministério da Ciência e Tecnologia



ASDCONO



MMA/PDA/PADEQ



Embrapa



*Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária
Embrapa Amazônia Oriental
Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento*

ISSN 1517-2201
Dezembro, 2007

Documentos 287

On-line

Higiene na Manipulação de Alimentos

Ana Vânia Carvalho
Maristela de Fátima Simplício de Santana
Marcus Arthur Marçal Vasconcelos
Maurício Kadooka Shimizu
Rubenise Farias Gato
Lucilda Maria Sousa de Matos

Belém, PA
2007

Esta publicação está disponível no endereço:
<http://www.cpatu.embrapa.br>

Exemplares desta publicação podem ser adquiridos na:

Embrapa Amazônia Oriental

Trav. Dr. Enéas Pinheiro, s/n
Caixa Postal 48, CEP: 66095-100 - Belém, PA
Fone: (91) 3204-1000
Fax: (91) 3276-9845
E-mail: sac@cpatu.embrapa.br

Comitê Local de Editoração

Presidente: Gladys Ferreira de Sousa
Secretário-executivo: Moacyr Bernardino Dias-Filho
Membros: Ana Carolina Martins de Queiroz
Luciane Chedid Melo Borges
Paulo Campos Christo Fernandes
Maria de Lourdes Reis Duarte
Vanessa Fuzinato Dall'Agnol
Walkymário de Paulo Lemos

Projeto Gráfico:

Genildo Mota

Capa e Ilustrações:

Genildo Mota

Revisores Técnicos

Virgínia Martins da Mata – Embrapa Agroindústria de Alimentos
Roberto Luiz Peres Machado – Embrapa Agroindústria de Alimentos
Edna Regina Amante – UFSC

Supervisão editorial: Adelina Belém
Supervisão gráfica: Maurício Kadooka Shimizu
Normalização: Adelina Belém
Editoração eletrônica: Francisco José Farias Pereira
Capa e ilustrações: Genildo Mota

1ª edição (2007): Formato Digital
1ª impressão (2007): 300 exemplares

Todos os direitos reservados.

A reprodução não-autorizada desta publicação, no todo ou em parte, constitui violação dos direitos autorais (Lei nº 9.610).

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) Embrapa Amazônia Oriental

Carvalho, Ana Vânia

Higiene e manipulação de alimentos / por Ana Vânia Carvalho...[et al.] -
Belém, PA: Embrapa Amazônia Oriental, 2007.

28p. : il. ; 21cm. (Embrapa Amazônia Oriental. Documentos, 287).

ISSN 1517-2201

1. Higiene de alimentos. 2. Preparação. I. Santana, Maristela de Fátima
Simplicio de. II. Vasconcelos, Marcus Arthur Marçal de. III. Shimizu, Maurício
Kadooka. IV. Gato, Rubenise Farias. V. Matos, Lucilda Maria Sousa de. VI. Título.
VII. Série.

CDD 664.028

© Embrapa 2007

O conteúdo desta publicação é responsabilidade dos autores.

Autores

Ana Vânia Carvalho

Eng. Agrôn., DSc. Tecnologia de Alimentos, Pesquisadora da Embrapa Amazônia Oriental, Tv. Enéas Pinheiro, s/n Caixa Postal 48 - CEP: 66.095-100 - Belém - PA.

E-mail: anavania@cpatu.embrapa.br

Maristela de Fátima Simpício de Santana

Eng. Agrôn. D.Sc. Engenharia de Alimentos, Pesquisadora da Embrapa Amazônia Oriental, Tv. Enéas Pinheiro, s/n Caixa Postal 48 - CEP: 66.095-100 - Belém - PA.

E-mail: maristela@cpatu.embrapa.br

Marcus Arthur Marçal Vasconcelos

Eng. Agrôn. M.Sc. Tecnologia de Alimentos, Pesquisador da Embrapa Amazônia Oriental, Tv. Enéas Pinheiro, s/n Caixa Postal 48 - CEP: 66.095-100 - Belém - PA.

E-mail: mavasc@cpatu.embrapa.br

Maurício Kadooka Shimizu

Eng. Agrôn. M.Sc. em Fitotecnia, Analista da Embrapa Amazônia Oriental, Tv. Enéas Pinheiro, s/n Caixa Postal 48 - CEP: 66.095-100 - Belém - PA.

E-mail: mauricio@cpatu.embrapa.br

Rubense Farias Gato

Bibliotecária. M.Sc. em Ciência da Informação, Analista da Embrapa Amazônia Oriental, Tv. Enéas Pinheiro, s/n Caixa Postal 48 - CEP: 66.095-100 - Belém - PA.

E-mail: rubenise@cpatu.embrapa.br

Lucilda Maria Sousa de Matos

Bibliotecária. M.Sc. em Agricultura Familiar e Desenvolvimento Sustentável, Assistente da Embrapa Amazônia Oriental, Tv. Enéas Pinheiro, s/n Caixa Postal 48 - CEP: 66.095-100 - Belém - PA.

E-mail: lucilda@cpatu.embrapa.br

APRESENTAÇÃO

As boas práticas adotadas na fabricação de alimentos são condições imprescindíveis à saúde humana e garantia de manutenção de venda dos produtos no mercado consumidor.

Esta publicação é destinada à divulgação dos conhecimentos em boas práticas de fabricação de alimentos. Seu conteúdo ressalta as atitudes e ações adequadas na manipulação de alimentos, descrevendo de forma simples e ilustrada ações e cuidados de higiene pessoal, higiene no ambiente e manuseio dos alimentos a serem preparados e consumidos.

Jorge Alberto Gazel Yared
Chefe-Geral da Embrapa Amazônia Oriental

SUMÁRIO

O que é higiene?	10
É importante ter higiene?	11
Quais são os agentes causadores de doenças no consumo de alimentos?	12
O que pode acontecer se não tivermos higiene no preparo dos alimentos?	13
Quais os sintomas causados por alimentos preparados de forma inadequada?	13
Como prevenir doenças com atos simples de limpeza?	14
Quais os cuidados que devemos ter com o local de preparo dos alimentos?	18
Quais os cuidados que devemos ter com o material de cozinha?	20
Quais os cuidados que devemos ter com os alimentos?	21
Outros cuidados que devemos ter.... ..	23

O que é higiene?

São condições, medidas e práticas necessárias que conduzem ao bem-estar e à saúde e que são essenciais para garantir a qualidade e segurança no consumo de alimentos, por exemplo:



Tomar banho



Escovar os dentes



Manter a geladeira
limpa e organizada

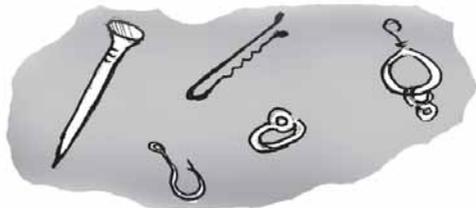
É importante ter higiene?

- Sim, é muito importante ter higiene.
- Assim evitamos problemas de saúde e não contaminamos os alimentos que consumiremos ou que serviremos para outras pessoas!



Quais são os agentes causadores de doenças no consumo de alimentos?

Agentes físicos (Exemplos: grampos, pregos, jóias, etc.)

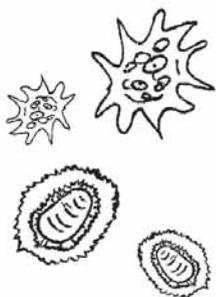


Agentes químicos (Exemplos: detergentes, venenos,etc..)



Agentes biológicos (Exemplos: microrganismos - bactérias, fungos, vírus), seres tão pequenos que não vemos e que causam doenças.

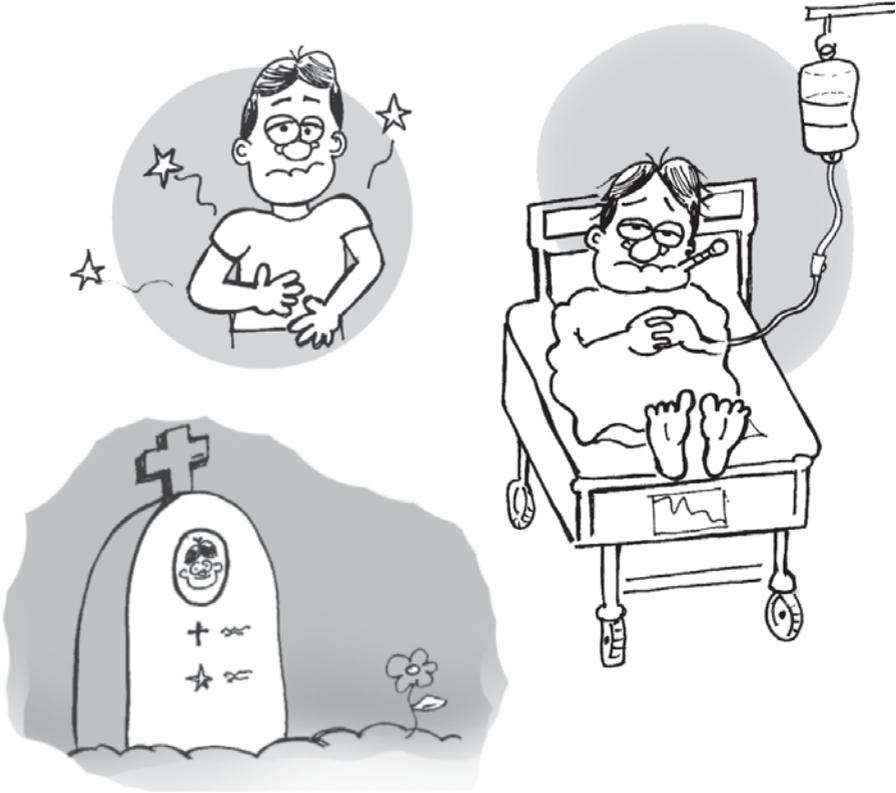
bactérias



Para ver as bactérias é necessário um microscópio.

O que pode acontecer se não tivermos higiene no preparo dos alimentos?

Podemos produzir alimentos estragados ou contaminados e que se forem consumidos podem causar vários males, inclusive a morte...



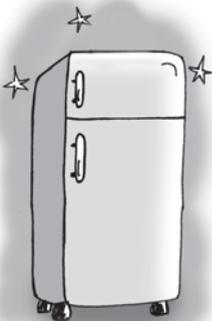
Quais os sintomas causados por alimentos preparados de forma inadequada?

Enjôos, vômitos, dor de barriga, diarreia, dor de cabeça, mal-estar, infecções intestinais, paralisia muscular, problemas respiratórios, convulsões e até morte.

Como prevenir doenças com atos simples de limpeza?

Devemos ter cuidados com:

higiene da cozinha



higiene do corpo



higiene dos
utensílios de cozinha



higiene no preparo
dos alimentos



Vejam como podemos fazer isto!

Higiene pessoal no preparo de alimentos

- Usar roupas limpas ou avental.
- Não usar jóias (brincos, relógios, anéis).
- Manter as unhas limpas, cortadas e sem esmalte.
- Não usar perfumes.
- Tomar banho.
- Escovar os dentes.
- Lavar o rosto suado.
- Lavar e enxugar as mãos várias vezes principalmente antes de pegar nos alimentos, antes de comer ou beber, depois de ir ao banheiro, depois de pegar em dinheiro ou em algum objeto sujo.
- Usar cabelos sempre presos e limpos.
- Não colocar o dedo no nariz, no ouvido ou na boca.
- Não pegar nos animais.
- Não fumar, não espirrar, não conversar e não assobiar junto dos alimentos.



Lavar as mãos sempre que...

Exemplos:

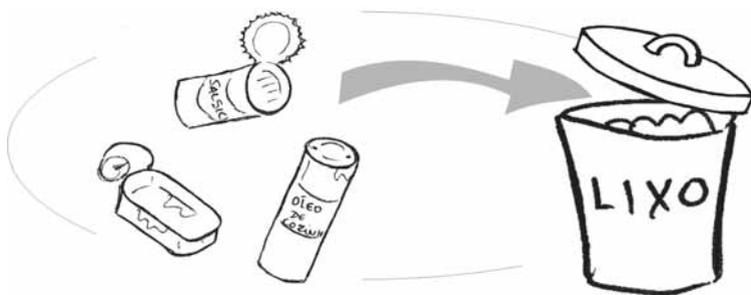


Hábitos da higiene pessoal



Quais os cuidados que devemos ter com o local de preparo dos alimentos?

- Não permitir animais (gatos e cães) e combater insetos (moscas) e roedores (ratos) na cozinha.
- Impedir a entrada de pessoas que não estejam envolvidas na atividade, principalmente crianças.
- Manter o ambiente limpo e retirar o lixo várias vezes por dia.
- Manter os depósitos de lixo tampados e longe do local de preparo dos alimentos.
- Não cuspir (somente no banheiro).
- Manter o chão sempre limpo e seco.
- Retirar sucatas e entulhos.
- Manter recipientes com água, limpos e tampados.
- Limpar sempre o local de preparo dos alimentos antes e depois das atividades.



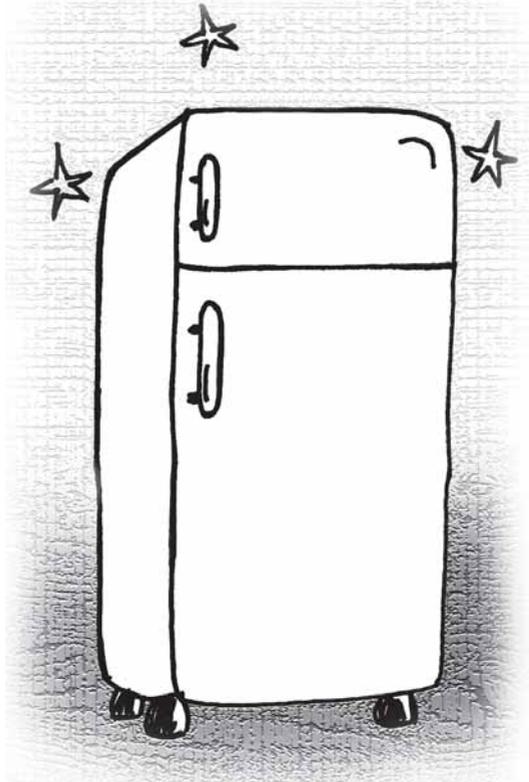
- Lavar bem as superfícies e utensílios (mesas, tábuas de carne, facas) que serão usados no preparo dos alimentos.
- Limpar portas e janelas uma vez por mês.
- Não jogar o lixo na água (rio, igarapé ou perto de poços), ele pode contaminar a água que bebemos, além de prejudicar a pesca.

Isso não se faz!



Quais os cuidados que devemos ter com o material de cozinha?

- Manter panelas, pratos, talheres, toalhas etc, limpos e guardados em local fechado.
- Manter panos de pratos lavados e passados a ferro. Devem ser trocados diariamente.
- Limpar e lavar as lixeiras, periodicamente e sempre que necessário.
- Usar sabão e detergentes.
- Limpar com buchas e escovas, que devem ser trocadas sempre.
- Na hora da compra, observar se os recipientes são fáceis de limpar.
- Não usar vassouras, rodos e panos de chão do banheiro na cozinha.
- Limpar e lavar a geladeira e freezer com pano limpo e macio, umedecido com água e detergente neutro a cada quinze dias.
- Manter a geladeira limpa e organizada.



Quais os cuidados que devemos ter com os alimentos?

- Sacos de feijão, arroz, macarrão e outros produtos devem ser guardados em local limpo e fechado.
- Lavar bem as frutas e verduras (frutas e verduras com casca se possível lavar com escova), antes de serem descascadas e cortadas, colocando-as de molho por 15 minutos, em água potável com hipoclorito* (1 colher de sopa para 1 litro de água).
- Não misturar alimentos crus e cozidos.
- Fechar os sacos que já foram abertos para evitar contato com animais, insetos e roedores.
- Usar os alimentos mais antigos antes dos mais novos, observando os prazos de validade que devem estar na embalagem.
- As polpas, carnes e produtos derivados do leite devem ser mantidos na geladeira ou freezer, até o momento do preparo dos alimentos.
- Antes de começar a preparar os alimentos, devemos lavar bem as mãos.
- Não assoprar para esfriar alimentos quentes pois a saliva pode contaminá-los.



* Se utilizar água sanitária, observar se a concentração é de 2,5% de cloro ativo e sem outros compostos, além do hipoclorito de sódio e água.

Por que é importante ter cuidado com os alimentos?

- Para evitar a contaminação por micróbios que transmitem doenças para as pessoas. Assim, teremos alimentos saudáveis...



Lembre-se:

- Matéria-prima de boa qualidade, alimento de boa qualidade!



- Matéria-prima de qualidade ruim, alimento ruim!

Outros cuidados que devemos ter....

ÁGUA

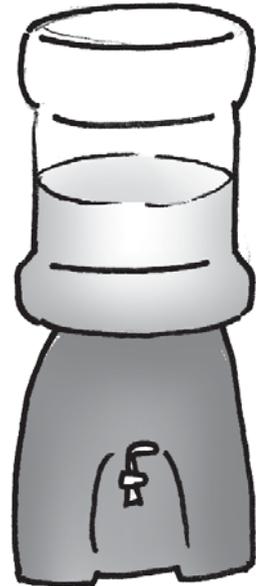
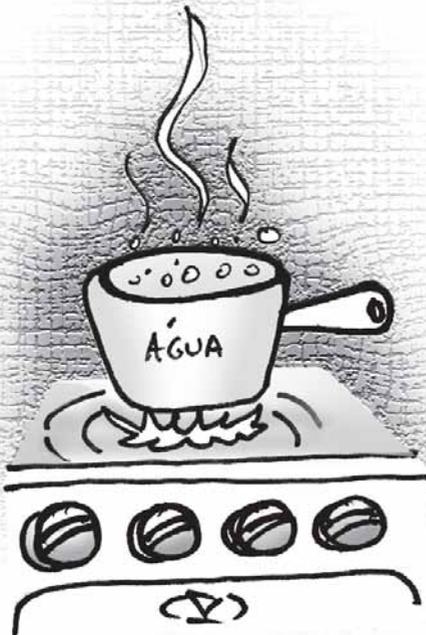
Toda a água utilizada na higiene pessoal e na limpeza ou preparo dos alimentos deve ser limpa e potável.

Beber somente água filtrada ou fervida.

A água deverá ser clorada.

Para exemplificar: uma colher de sopa de hipoclorito de sódio para cada litro de água filtrada e fervida, poderá ser usada para lavar frutas e verduras.

A água é um bem que devemos cuidar pois um dia ela pode faltar!



LIXO DOMÉSTICO

Devemos tomar cuidados com o lixo ou resíduos dos alimentos para que estes não prejudiquem o ambiente e para isso deveremos sempre observar as seguintes situações:

- Latas de lixo ou recipientes que contenham lixo (sacos, caixas e outros) devem estar bem tampados e longe dos alimentos.
- Latas, baldes ou recipientes de lixo devem ser fáceis de lavar e de material resistente, para que não quebrem ou rasguem, derramando o lixo.
- Devemos cuidar para que restos de vidros ou qualquer outro material perfurante seja enrolado em folhas de jornais para não machucar as pessoas que realizam a coleta do lixo.
- Se não existir na área um serviço de coleta regular, o lixo deverá ser selecionado e separado (plástico, papel, vidro e restos de alimentos) e depois reciclado (saiba mais sobre como reciclar o lixo indo às escolas e com as autoridades locais). O lixo deve ser mantido em local distante dos alimentos, de cursos de água ou de privadas.
- O resíduo de vegetais ou de outros alimentos pode ser utilizado como adubação orgânica em hortas ou quintais.

- O lixo deve ser coletado pelo Serviço de Limpeza do Município e, portanto, colocado em local visível e ao abrigo de animais.



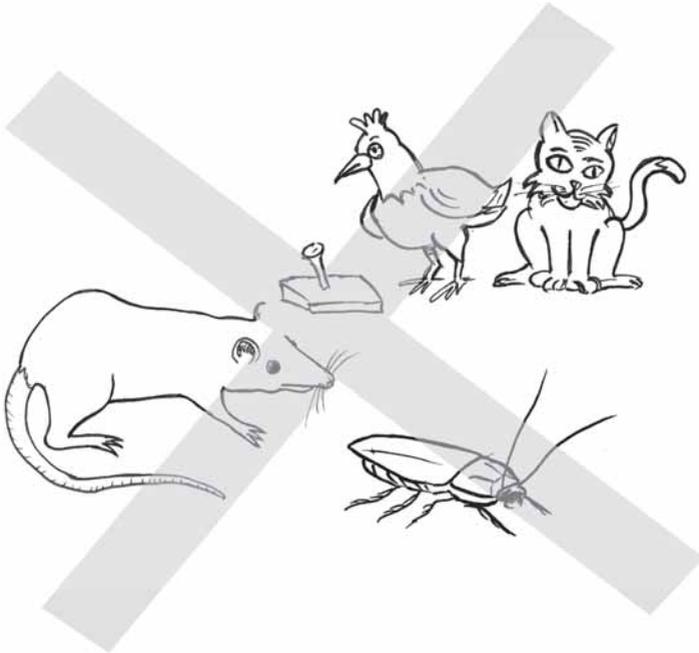
Produtos de limpeza



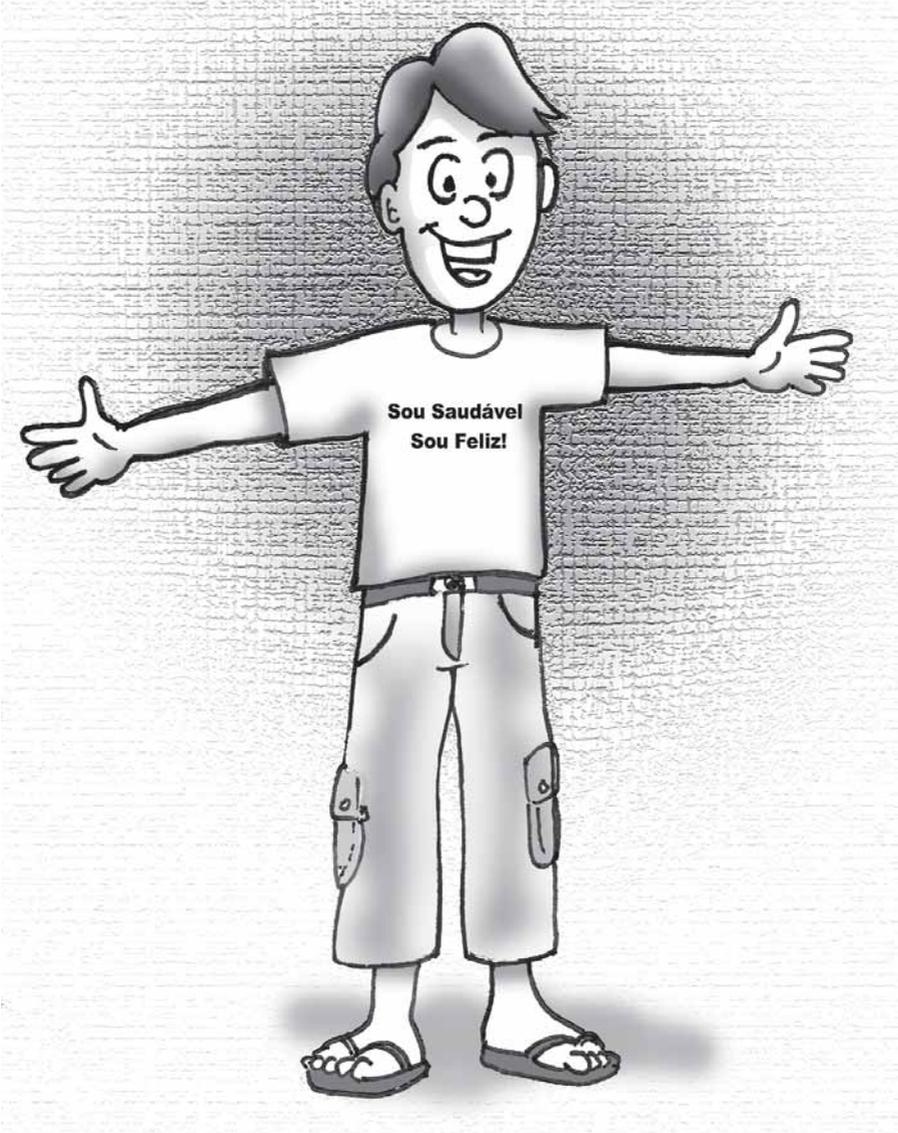
- Todo o material de limpeza ou manutenção deve ser guardado em local protegido, afastado dos alimentos e de preferência com chaves, para evitar a mistura acidental com os ingredientes utilizados nos preparos dos alimentos e também com os próprios alimentos.
- Devem estar sempre bem identificados. Nunca retirar os rótulos desses produtos.

Como afastar os alimentos da contaminação?

- Para proteger os alimentos é necessário afastar os agentes físicos, químicos e os biológicos, para que eles não encontrem condições de se desenvolverem. Para isso, devemos dificultar ou oferecer condições em que eles não contaminem ou cresçam, através de cozimento, congelamento e muita limpeza do local, material e de nós mesmos.



Higiene = saúde



Embrapa

Amazônia Oriental

Patrocínio:



MMA/PDA/PADEQ

Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome



USAID
DO POVO DOS ESTADOS UNIDOS



Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento



Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento

