

PREFEITURA MUNICIPAL DE SARANDI - PR
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

MANUAL DE BOAS PRÁTICAS DE MANIPULAÇÃO DE ALIMENTOS

Sheisa Cyléia Sargi

Nutricionista RT

CRN-8 3504

Sumário

1. INTRODUÇÃO	1
2 BOAS PRÁTICAS DE MANIPULAÇÃO DE ALIMENTOS	1
3 CONTAMINAÇÃO DOS ALIMENTOS E DOENÇAS TRANSMITIDAS	2
3.1 CONTAMINAÇÃO CRUZADA	2
3.2 FATORES QUE PODEM AUMENTAR OS RISCOS DE CONTAMINAÇÃO DOS ALIMENTOS	2
3.3 CUIDADOS COM OS ALIMENTOS PERCÍVEIS	3
4 CUIDADOS COM O LOCAL DE TRABALHO	4
5 CUIDADOS COM O LIXO	6
6 CUIDADOS COM A ÁGUA	6
7 CUIDADOS PESSOAIS: HIGIENE, SAÚDE E TREINAMENTO	6
7.1 IMPORTÂNCIAS DA HIGIENE PESSOAL	6
7.2 CUIDADOS COM A HIGIENE PESSOAL DO MANIPULADOR DE ALIMENTOS	7
7.3 HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS	8
7.4 NÃO É PERMITIDO!	8
7.5 PASSO A PASSO DA LAVAGEM DAS MÃOS	8
8 RECEBIMENTO DOS ALIMENTOS	9
9 CUIDADOS NO ARMAZENAMENTO	9
9.1 ESTOQUE SECO	9
9.2 ESTOQUE DE ALIMENTOS PERCÍVEIS	10
10 CUIDADOS COM O PREPARO DE ALIMENTOS	11
11 RESPONSABILIDADES DA MERENDEIRA	13
12 PROCEDIMENTOS OPERACIONAIS PADRONIZADOS	14
POPS (PROCEDIMENTOS OPERACIONAIS PADRONIZADOS)	15
POP 01: Higienização das mãos	16
POP 02: Procedimentos de limpeza e desinfecção do refeitório	17
POP 03: Higienização de frutas, legumes, folhosos e ovos	18

POP 04: Higienização de Equipamentos e Utensílios	19
POP 05: Desinfecção dos Bebedouros	21
POP 06: Higienização do Ambiente	22
POP 07: Higienização de Lixeira e Recolhimento do lixo	24
POP 08: Higienização de Mamadeiras, copos de transição, chupetas, latas e recipientes de leite	25
Anexos	26
ANEXO 1: Higienização das mãos	27
ANEXO 02: Preparo de Solução Clorada	28
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	29

1. INTRODUÇÃO

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA, por meio da Resolução de Diretoria Colegiada, RDC nº 216/04, de 15/09/2004, estabeleceu procedimentos de Boas Práticas (BP) para serviços de alimentação, a fim de garantir as condições higiênico-sanitárias do alimento preparado para consumo.

Este Manual de Boas Práticas é um documento elaborado pelo corpo de Nutrição, responsável pela alimentação das Escolas Municipais e Centros Municipais de Educação Infantil (CMEIs) do município de Sarandi - PR, para orientar as unidades de ensino da cidade. Este documento descreve os requisitos higiênico-sanitários da estrutura física da cozinha e estoque, a manutenção e higienização das instalações, dos equipamentos e dos utensílios, o controle da água de abastecimento, o controle integrado de vetores e pragas urbanas, a capacitação profissional, o controle da higiene e saúde dos manipuladores, o manejo de resíduos e o controle e garantia de qualidade do alimento preparado e consumido.

Com o objetivo de estabelecer os princípios essenciais de higiene na aquisição, armazenagem, transporte, manipulação, processamento dos alimentos e distribuição das refeições escolares, padronizando normas e procedimentos técnicos a serem adotados pelas Unidades de Alimentação Escolar, orientando os profissionais envolvidos com alimentação nas escolas, fornecendo, assim, uma alimentação segura e de qualidade aos alunos dos CMEIs e Escolas Municipais da cidade de Sarandi.

2 BOAS PRÁTICAS DE MANIPULAÇÃO DE ALIMENTOS

Atualmente, todos os setores de produção enfrentam o desafio da qualidade de seus produtos, os processos de higiene são fundamentais para assegurar essa qualidade. No setor alimentício, qualidade significa ausência de perigos químicos, físicos e biológicos em níveis que podem ocasionar danos à saúde do consumidor, o que reforça a importância da adoção de procedimentos de higienização adequada e eficaz.

A higiene é a base para a qualidade e segurança dos alimentos.

As boas práticas de manipulação de alimentos são práticas de organização e higiene necessárias para garantir alimentos seguros envolvendo desde a etapa de seleção dos fornecedores, compra e recebimento até pré-preparo, preparo, armazenamento, transporte, distribuição e consumo final.

3 CONTAMINAÇÃO DOS ALIMENTOS E DOENÇAS TRANSMITIDAS

A contaminação é a presença de qualquer matéria estranha que não pertença ao alimento que podem causar problemas de saúde ao consumidor. A contaminação física refere-se a fragmentos de palha de aço, cabelo, pedaços de unha, já a química envolve produtos de limpeza e inseticidas e a biológicas, fungos, bactérias, protozoários, vírus e vermes.

Os sintomas mais comuns causados pelo consumo de alimentos contaminados são: vômitos e diarreias, podendo também apresentar dores abdominais, dor de cabeça, febre, alteração da visão, olhos inchados, dentre outros. Para adultos sadios, a maioria das DTA's (Doenças Transmitidas por Alimentos) dura poucos dias e não deixa sequelas; para crianças, grávidas, idosos e pessoas doentes, as consequências podem ser mais graves, podendo inclusive levar à morte.

3.1 CONTAMINAÇÃO CRUZADA

É a contaminação que ocorre quando micro-organismos são transferidos de um alimento ou superfície para outro alimento por meio de utensílios, equipamentos ou pelo próprio manipulador. Por exemplo: cortar com a mesma faca e na mesma tábua carne crua e cozida sem antes higienizá-las.

A falta de cuidados de higiene durante a manipulação de alimentos aumenta o risco de contaminação por micro-organismos causadores de doenças. Alguns micro-organismos comumente encontrados em alimentos, como a bactéria salmonela em carne de frango e ovos podem causar sérios danos, especialmente em crianças, idosos, gestantes e em pessoas doentes.

3.2 FATORES QUE PODEM AUMENTAR OS RISCOS DE CONTAMINAÇÃO DOS ALIMENTOS

O cheiro, o sabor e a aparência dos alimentos não são os fatores indicados para reconhecer se o alimento vai provocar uma doença de origem alimentar. Mesmo um alimento bonito, gostoso e cheiroso pode conter micro-organismos causadores de doenças. Os micróbios multiplicam-se nos alimentos quando encontram condições ideais de nutrientes, umidade e temperatura como:

- Água: quanto mais água livre um alimento tiver, maior é a multiplicação dos micro-organismos. Carnes, leite e queijos são alimentos ricos em água. Alimentos secos como pão e bolacha, duram mais porque têm menor quantidade de água;
- Nutrientes: os micro-organismos necessitam de nutrientes como proteínas e carboidratos;
- Ar: Os micro-organismos podem ou não precisar de ar para se multiplicar;
- Acidez: A maioria dos micro-organismos não se multiplica quando o alimento é muito ácido. A indústria de alimentos utiliza de tecnologia para acidificar os produtos. Os alimentos pouco ácidos como manga, melão, melancia, mamão, queijos, carnes, pescados, entre outros, favorecem a multiplicação de micro-organismos;
- Tempo: Os micro-organismos precisam de tempo suficiente para multiplicar-se. As bactérias, por exemplo, podem se multiplicar de 20 em 20 minutos. Em pouco tempo o alimento pode apresentar quantidade de bactérias suficiente para causar doença;
- Temperatura: temperaturas entre 5 e 60 °C favorecem a multiplicação de micro-organismos. Temperaturas muito altas ou muito baixas dificultam a multiplicação dos micro-organismos.

3.3 CUIDADOS COM OS ALIMENTOS PERCÍVEIS

Alimentos perecíveis têm características favoráveis à multiplicação de micro-organismos deteriorantes e também de patogênicos. A temperatura de refrigeração retarda esta multiplicação. Determinadas bactérias patogênicas, ao se multiplicarem no alimento, podem produzir toxinas. Algumas destas toxinas não são destruídas pelo cozimento, fritura ou ao assar um alimento.

Mesmo os alimentos que foram cozidos podem conter bactérias resistentes. Estas dão origem a novas bactérias quando o alimento fica na zona de temperatura perigosa (5° a 60 °C).

As indústrias utilizam substâncias conservantes para impedir ou retardar a multiplicação de bactérias, mas somente técnicos legalmente habilitados podem utilizá-las, pois quando utilizadas em doses erradas podem ser tóxicas para o homem (contaminação química).

Para impedir que os micro-organismos se multipliquem e ocasionem problemas de saúde é necessário manter a limpeza dos alimentos e do ambiente, separar os alimentos crus dos alimentos cozidos, cozinhar os alimentos adequadamente, manter os alimentos em temperaturas seguras de acordo com as suas características e utilizar água e matérias primas seguras.

4 CUIDADOS COM O LOCAL DE TRABALHO

a) O local de trabalho deve ser limpo e organizado. Para isso, deve-se manter o piso, a parede e o teto conservados e sem rachaduras, goteiras, infiltrações, mofos e descascamentos. Faça a limpeza sempre que necessário e ao final das atividades de trabalho.

Por quê?

A sujeira acumulada é ideal para a multiplicação de micróbios. Portanto, manipular alimentos em um ambiente sujo é uma forma comum de contaminar os alimentos.

b) Para impedir a entrada e o abrigo de insetos e outros animais, as janelas devem possuir telas e devem ser retirados os objetos sem utilidade das áreas de trabalho. Deve haver sempre rede de esgoto ou fossa séptica. As caixas de gordura e de esgoto devem estar localizadas fora das áreas de preparo e de armazenamento de alimentos.

Por quê?

Os insetos e outros animais apresentam micróbios espalhados em todo o corpo. A área de alimentos é atrativa para esses animais, que podem transmitir micróbios aos alimentos desprotegidos, ou às superfícies que entram em contato com alimentos, além disso, a caixa de gordura é a moradia de muitos insetos.

c) O local de trabalho deve ser mantido bem iluminado e ventilado e as lâmpadas devem estar protegidas contra quebras.

Por quê?

Os micróbios patogênicos se multiplicam rapidamente em locais quentes e abafados. Outra ameaça é a contaminação dos alimentos por matérias físicas prejudiciais à saúde, como fragmentos de vidro, pedaços de metais e pedras.

d) As superfícies que entram em contato com os alimentos, como bancadas e mesas, devem ser mantidas em bom estado de conservação, sem rachaduras, trincas e outros defeitos.

Por quê?

Esses defeitos favorecem o acúmulo de líquidos e sujeiras e restos de alimentos, possibilitando que os micróbios patogênicos se multipliquem rapidamente. Não se esqueça que essa regra também se aplica às tábuas de corte utilizadas no preparo dos alimentos.

e) Nunca guarde os produtos de limpeza junto com os alimentos. Não utilize produtos de limpeza clandestinos e os produtos de limpeza regularizados devem conter no rótulo o número de registro no Ministério da Saúde ou a frase: **“Produto notificado na ANVISA/MS”**. Os venenos devem ser aplicados somente quando necessário e sempre por empresa especializada.

Por quê?

Os desinfetantes, os detergentes e outros produtos de limpeza contêm substâncias tóxicas que podem contaminar os alimentos. A limpeza do ambiente é importante para prevenir e controlar baratas, ratos e outras pragas.

f) Os banheiros e vestiários não devem se comunicar diretamente com as áreas de preparo e de armazenamento dos alimentos. O banheiro deve estar sempre limpo e organizado, com papel higiênico, sabonete, antisséptico, papel toalha e lixeiras com tampa e pedal.

Por quê?

Como as fezes são altamente contaminadas, os banheiros apresentam um grande número de micróbios patogênicos. Quando vamos ao banheiro e não lavamos as mãos, o número de bactérias entre nossos dedos duplica.

5 CUIDADOS COM O LIXO

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.

A cozinha deve ter lixeiras de fácil limpeza, com tampa e pedal. Retire sempre o lixo para fora da área de preparo de alimentos em sacos bem fechados. Após o manuseio do lixo, deve-se sempre lavar as mãos.

6 CUIDADOS COM A ÁGUA

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.

Os estabelecimentos devem ser abastecidos com água corrente tratada, use somente água potável para o preparo dos alimentos e do gelo.

A caixa d'água deve estar conservada, tampada, sem rachaduras, vazamentos, infiltrações e descascamentos e deve ser lavada e higienizada no mínimo a cada 6 meses. Para lavar e desinfetar a caixa d'água, deve-se seguir os passos descritos no Procedimento Operacional Padronizado. A água tratada pode ser contaminada com terra, poeira, fezes de animais, insetos, por isso, deve ser mantida tampada e higienizada, no mínimo, duas vezes por ano.

7 CUIDADOS PESSOAIS: HIGIENE, SAÚDE E TREINAMENTO

Todos os funcionários devem manter bons hábitos de higiene, boas condições de saúde e ser, continuamente, treinados em boas práticas de manipulação de alimentos.

7.1 IMPORTÂNCIAS DA HIGIENE PESSOAL

Todas as pessoas trazem na boca, mãos, nariz ou sobre a pele, bactérias causadoras de doenças que podem ser levadas ao alimento. Mantendo-se saudável e limpo, o manipulador pode ajudar a evitar uma doença por consumo de alimento contaminado.

7.2 CUIDADOS COM A HIGIENE PESSOAL DO MANIPULADOR DE ALIMENTOS

- a)** Tomar banho diariamente: Há micróbios espalhados por todo o nosso corpo. A maior quantidade está no nariz, na boca, nos cabelos, nas mãos (inclusive unhas), nas fezes, no suor e no sapato.
- b)** Utilizar cabelos presos com redes ou toucas. Não usar barba: Tanto os cabelos, quanto a barba podem cair sobre os alimentos.
- c)** Usar uniformes limpos e bem conservados: O uniforme deve ser usado somente na área de preparo dos alimentos, pois o uniforme pode servir de transporte de micróbios patogênicos para o interior da área de preparo dos alimentos, contaminando-os.
- d)** Retirar todos os adornos, como anéis, pulseiras, relógio, antes de higienizar as mãos e vestir os uniformes: Os adornos pessoais acumulam sujeira e micróbios, além de poderem cair nos alimentos.
- e)** Conservar as unhas curtas, limpas e sem esmaltes ou bases. Lavar bem as mãos antes, durante e depois de qualquer atividade, além disso, na área de preparo, a pia para lavar as mãos não deve ser a mesma para a lavagem dos utensílios: Lavar as mãos é uma das melhores formas de evitar a contaminação dos alimentos por micróbios patogênicos. Uma boa lavagem deve durar mais que 20 segundos.
- f)** Cuidado para não fumar, comer, tossir, espirrar, cantar, assoviar, falar demais ou mexer em dinheiro durante o preparo de alimento: Há grande quantidade de micróbios patogênicos encontrados na boca, no nariz e nos ouvidos, fumar, tossir, espirrar, cantar, assoviar ou até falar demais podem contaminar os alimentos.
- g)** Se estiver doente ou com cortes e feridas, não manipule os alimentos. É importante sempre fazer exames periódicos de saúde: A pessoa doente apresenta um alto número de micróbios patogênicos em seu corpo que pode facilmente contaminar os alimentos. Os machucados como cortes, feridas e arranhões também têm um alto número de micróbios patogênicos.

7.3 HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

A higienização das mãos deve ocorrer sempre que o manipulador de alimentos:

- Chegar ao trabalho;
- Utilizar os sanitários ou vestiários;
- Iniciar, interromper ou trocar de atividade;
- Após manipular alimentos crus ou não higienizados;
- Antes de manipular alimentos coccionados, higienizados ou prontos para consumo;
- Tossir, espirrar, assoar o nariz, tocar no corpo ou cabelo;
- Usar utensílios e materiais de limpeza, como vassouras e rodos;
- Manipular lixo e outros resíduos;
- Tocar em caixas, garrafas, maçanetas, sapatos e outros objetos;
- Pegar em dinheiro;
- Antes de vestir e após retirar as luvas utilizadas na manipulação de alimentos.

7.4 NÃO É PERMITIDO!

- Utilizar avental plástico próximo a fontes de calor;
- Carregar no uniforme, espelhinhos, ferramentas, pentes, pinças, batons, cigarros, isqueiros e relógios, celulares;
- Usar adornos como brincos, anéis, pulseiras, relógios, alianças, piercings, colares, amuletos e fitas;
- Utilizar panos ou sacos plásticos para a proteção do uniforme.

7.5 PASSO A PASSO DA LAVAGEM DAS MÃOS

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

8 RECEBIMENTO DOS ALIMENTOS

- Receba os alimentos em área protegida de chuva, sol e que seja limpa, bem iluminada e livre de pragas;
- Observe se o entregador está com o uniforme limpo;
- Verifique se a temperatura do alimento está de acordo com o recomendado no rótulo e/ou adequada para seu transporte, utilizando um termômetro;
- Rejeite alimento que tenha prazo de validade vencido, sinais de dano ou deterioração.

9 CUIDADOS NO ARMAZENAMENTO

- Substitua as caixas de madeira por caixas de material plástico porque são fáceis de lavar e isto evita a entrada de sujeira e insetos no estabelecimento;
- Organize os alimentos de acordo com a data de vencimento, primeiro que vence/entra, primeiro que sai;
- Separe e identifique os produtos que estão impróprios para o consumo;
- As prateleiras, geladeiras e congeladores devem estar em perfeitas condições de higiene e funcionamento;
- Material de limpeza, inseticida e objetos de uso pessoal (bolsa, avental, entre outros) não devem ser armazenados junto dos alimentos.

9.1 ESTOQUE SECO

- Arejado, sem umidade ou calor excessivo. O excesso de umidade possibilita a presença de bolores;
- Limpo, livre de entulhos e outros materiais ou objetos que não estão em uso;
- Os alimentos devem ser colocados nas prateleiras de forma organizada, separados por grupos, respeitando o empilhamento máximo recomendado pelo fabricante;
- Os alimentos devem estar dispostos distantes do piso, sobre estrados (com acabamento liso, mantidos em bom estado de conservação e limpeza);
- As prateleiras devem ser de material liso, resistente e de fácil limpeza.

9.2 ESTOQUE DE ALIMENTOS PERECÍVEIS

- Disponha os alimentos no equipamento de modo a permitir a circulação do ar, distantes entre si e das paredes, sem superlotação;
- Regule a temperatura dos equipamentos de acordo com o alimento que exige a menor temperatura;
- Evite contaminação cruzada entre os alimentos, protegendo-os e distribuindo-os de maneira adequada;
- Controle periodicamente a temperatura dos alimentos armazenados, registrando em planilhas próprias.

É IMPORTANTE LEMBRAR:

- Mantenha um estoque mínimo de produtos;
- Jamais utilize produtos com a validade vencida;
- Todos os alimentos devem estar identificados;

- Os alimentos com prazo de validade vencido, deteriorado, alterado, com embalagens danificadas, violadas, amassadas ou estufadas devem ser retirados das áreas de venda e de manipulação e devem ser devidamente identificados e mantidos em local segregado pelo menor tempo possível. Deve ser determinada a destinação final dos mesmos.

10 CUIDADOS COM O PREPARO DE ALIMENTOS

Os produtos utilizados na desinfecção dos alimentos devem ser regularizados na Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) e apresentar a indicação para este fim. A descrição do procedimento de higienização (limpeza e desinfecção) das frutas, verduras e legumes, deve permanecer à disposição da autoridade sanitária.

Lembre-se:

- a) Antes de iniciar o trabalho, verifique se o ambiente, as mesas, as pias, equipamentos e utensílios estão rigorosamente limpos;
- b) Trabalhe organizando as atividades e, a cada etapa, lave a pia, mesas e utensílios para evitar a contaminação cruzada;
- c) Selecione e higienize as frutas, verduras e legumes que serão consumidos crus. Frutas, verduras e legumes que serão cozidos, fritos ou assados devem ser lavados, mas não necessitam de desinfecção;
- d) Prepare as carnes, acondicione-as, identifique-as e guarde-as sob refrigeração;
- e) Nunca utilize produto com validade vencida;
- f) Lave as mãos antes de preparar os alimentos e depois de manipular alimentos crus: As carnes cruas e os vegetais não lavados apresentam patógenos que podem ser transferidos aos alimentos prontos por meio das mãos dos manipuladores;
- g) Os alimentos devem ser bem cozidos, em altas temperaturas de forma que todas as partes atinjam no mínimo a temperatura de 70°C. 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);

- h) 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: As carnes cruas e os vegetais não lavados também podem transmitir micróbios patogênicos aos alimentos prontos por meio dos utensílios. Isso é chamado de contaminação cruzada;
- i) Durante a utilização dos óleos e gorduras pode haver alterações no cheiro, sabor, cor, formação de espuma e fumaça. Esses sinais indicam que o óleo deve ser trocado imediatamente: Quando os óleos e as gorduras são utilizados por um longo período, são formadas substâncias tóxicas que podem causar mal à saúde. Essas substâncias dão um sabor e cheiro ruins ao alimento e, geralmente, produzem muita fumaça e espuma;
- j) Os alimentos congelados e refrigerados não devem permanecer fora do freezer ou geladeira por tempo prolongado. No caso de alimentos preparados serem armazenados na geladeira ou no freezer, esses devem ser identificados com: nome do produto; data de preparo e prazo de validade. Não descongele os alimentos à temperatura ambiente. Utilize o forno de micro-ondas se for prepará-lo imediatamente ou deixe o alimento na geladeira até descongelar. As carnes devem ser descongeladas dentro de recipientes:
Os micróbios patogênicos multiplicam-se rapidamente em temperatura ambiente. Durante o descongelamento, a carne produz sucos que podem contaminar outros alimentos com micróbios patogênicos;
- k) Para fazer o resfriamento ou congelamento o alimento deve estar acondicionado em vasilhas rasas, em pequenas porções para facilitar o resfriamento de 60°C a 10°C no prazo máximo de 2 horas. Em seguida, deve ser encaminhado para refrigeração. A partir da temperatura de refrigeração, o congelamento deve atingir temperatura igual ou inferior a – 18 °C. Para resfriar mais rapidamente o alimento, pode ser utilizado o resfriamento forçado, realizado através da imersão em gelo antes de levar à geladeira ou através de equipamentos próprios para resfriamento rápido;

- l) Em relação aos ovos, não deve ser utilizado ovos com a casca rachada ou suja; Devem ser manipulados de maneira que o conteúdo não entre em contato com a superfície externa da casca do ovo; São proibidas preparações onde os ovos permaneçam crus ou mal cozidos; O ovo deve ser submetido à fervura por 7 minutos; Ovos fritos devem apresentar a gema dura;
- m) Não devem ser utilizadas as latas amassadas, estufadas ou enferrujadas. Todas as latas devem ser lavadas antes de serem abertas. A porção não utilizada deve ser transferida para vasilha adequada, devidamente identificada e mantida sob refrigeração atendendo à recomendação do fabricante.

11 RESPONSABILIDADES DA MERENDEIRA

A merendeira é responsável por:

- ✓ Controlar a entrada e saída dos alimentos com registro diário na ficha de controle;
- ✓ Observar os aspectos dos alimentos antes e depois de sua preparação, quanto ao cheiro, cor e sabor; abrir apenas as embalagens para o consumo do dia;
- ✓ Guardar bem fechadas as que não forem utilizadas totalmente;
- ✓ Verificar o cardápio do dia; providenciar com antecedência o alimento, segundo as técnicas de preparo para que esteja pronta no horário estabelecido e na temperatura adequada;
- ✓ Lavar os utensílios de distribuição antes e depois de usá-los;
- ✓ Quando necessário, colocar os gêneros alimentícios de molho na véspera de seu uso;
- ✓ Controlar o consumo de gás, material de limpeza, entre outros;
- ✓ Cuidar da conservação do fogão, bem como controle das panelas, pratos, canecas, tigela e todos os outros utensílios de cozinha;
- ✓ Manter a mais rigorosa higiene nas dependências de armazenamento, cantina, preparo e distribuição da merenda;
- ✓ Manter um bom relacionamento com o (a) diretor (a), professores, alunos e demais funcionários;
- ✓ Tratar com delicadeza as crianças;
- ✓ Apresentar-se sempre limpa, com touca e avental, com as unhas limpas e aparadas. Seja um exemplo! Não se esquecendo principalmente da higiene das mãos. Toda vez que fizer uma

atividade diferente ou fora da cozinha, lave as mãos antes de retornar e manipular os alimentos;

- ✓ Nunca mexer nos alimentos com feridas ou cortes;
- ✓ Tampe as panelas e nunca deixe os alimentos expostos a moscas e mosquitos;
- ✓ A cozinha deve estar limpa antes e após a preparação dos alimentos. Usar a criatividade, procurando tornar o alimento saboroso e nutritivo;
- ✓ Fazer exames de saúde regularmente;
- ✓ Manter-se sempre informada participando de capacitações em sua área profissional;
- ✓ Participar no planejamento das compras.

12 PROCEDIMENTOS OPERACIONAIS PADRONIZADOS

Procedimentos Operacionais Padronizados (POP's) é o estabelecimento ou prescrição de métodos a serem seguidos rotineiramente, de acordo com a Resolução RDC nº 275. Seu objetivo é garantir as condições higiênico-sanitárias necessárias à produção de alimentos.

Por definição o POP é o procedimento escrito de forma objetiva que estabelece instruções sequenciais para a realização de operações rotineiras e específicas na produção, armazenamento e transporte de alimentos (Anexo 1)

POPS

(PROCEDIMENTOS

OPERACIONAIS

PADRONIZADOS)

POP 01: Higienização das mãos

OBJETIVO: Estipular a frequência e os procedimentos usados para a higienização das mãos dos manipuladores, diminuindo o risco de contaminação.

POP 01: Higienização das Mãos	
Higienização	Mãos
Responsável	Manipuladores de alimentos;
Frequência	Antes de começar as atividades de manipulação de alimentos; - Toda vez que mudar de atividade; - Imediatamente após o uso de sanitários; - Depois de manipular alimentos crus ou material contaminado; - Depois de pentear os cabelos; - Depois de comer, fumar ou assoar o nariz; - Depois de manipular materiais de limpeza; - Depois de manipular lixo ou restos de alimentos; - Depois de pegar em dinheiro.
Produtos utilizados	Sabonete líquido e álcool 70%
Procedimento	-Molhar as mãos; - Ensaboar as mãos friccionando a palma das mãos com movimentos circulares; - Lavar o dorso das mãos com movimentos circulares; - Lavar os espaços entre os dedos, deslizando as mãos, uma sobre a outra; - Lavar as articulações de uma mão com o auxílio da outra mão; - Lavar o polegar de uma mão com o auxílio da outra mão; - Lavar as unhas e extremidades dos dedos de uma mão, na palma da outra mão, com movimentos circulares; - Lavar o antebraço de uma mão com auxílio da outra mão; - Enxaguar as mãos tirando totalmente o resíduo de sabão; - Enxugar as mãos com papel toalha; - Antissepsia das mãos com álcool 70%
Observações	-É importante que as torneiras sejam com acionamento automático e os coletores de papel com tampa e pedal ou as torneiras sem acionamento automático devem ser fechadas com auxílio de toalha papel.

POP 02: Procedimentos de limpeza e desinfecção do refeitório**POP 02: Procedimentos de limpeza e desinfecção do Refeitório**

- Higienizar as mesas e cadeiras com sanitizante (por exemplo, álcool a 70° ou água sanitária diluída) sempre após o término de cada refeição;
- Reforçar o procedimento de higienização dos utensílios usados pelos alunos (por exemplo copos, pratos e garfos) ajustando os materiais e equipamentos de limpeza necessários para o processo de higienização;
- Aumentar a frequência de higienização das superfícies em que os alunos tocam usualmente, como balcões térmicos e mesas de apoio de distribuição das refeições;
- Higienizar com álcool 70% os utensílios e equipamentos compartilhados entre alunos após se servirem ou, quando não for possível, orientar os alunos a higienizar as mãos antes e depois de seu uso;
- Disponibilizar lixeiras com pedal para evitar contato com as mãos e higienizá-las com frequência.

POP 03: Higienização de frutas, legumes, folhosos e ovos

OBJETIVO: Evitar qualquer contaminação que possa comprometer a qualidade das matérias-primas ofertadas.

POP 03: Higienização de frutas, legumes, folhosos e ovos	
Alimentos	Legumes
Responsável	Manipuladores de alimentos
Produtos utilizados	Solução clorada
Procedimento	-Desprezar as partes estragadas; - Lavar toda a superfície dos legumes em água corrente; - Retirar a presença de alguns corpos estranhos que possam comprometer o alimento; - Deixar em solução clorada por no mínimo 15 minutos; - Lavar em água corrente.
Alimentos	Frutas
Responsável	Manipuladores de alimentos
Produtos utilizados	Solução clorada
Procedimento	- Lavar toda a superfície da fruta; - Deixar em solução clorada por no mínimo 15 minutos; - Enxaguar em água corrente.
Alimentos	Folhosos
Responsável	Manipuladores de alimentos
Produtos utilizados	Solução clorada
Procedimento	-Lavar a superfície de cada folha em água corrente; - Retirar a presença de corpos estranhos/; terra, areia, insetos, larvas e outros; - Deixar em solução clorada, por no mínimo, 15 minutos; - Lavar em água corrente
Alimentos	Ovos
Responsável	Manipuladores de alimentos
Procedimento	- Não deve apresentar sujidade agregada à casca; - Ao utilizar, lavar em água corrente e detergente neutro minutos antes do uso

POP 04: Higienização de Equipamentos e Utensílios

OBJETIVO: Manter os equipamentos e utensílios sempre limpos, eliminando risco de contaminação por ação de micro-organismos.

POP 04: Higienização de Equipamentos e Utensílios	
Equipamento	Caixas plásticas organizadoras
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	De acordo com o uso
Produtos utilizados	detergente neutro e solução clorada
procedimento	<ul style="list-style-type: none"> - Lavagem com detergente neutro com auxílio de esponja; - Enxague com água corrente; - Aplicação de solução sanitizante clorada com permanência mínima de 15 minutos; - Enxague; - Secagem natural.
Equipamento	Geladeira
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	semanalmente
Produtos utilizados	Detergente neutro, solução clorada e álcool 70%
Procedimento	<ul style="list-style-type: none"> - Retire os resíduos sólidos; - Lave com água e detergente; - Aplicação de solução sanitizante clorada com permanência mínima de 5 a 10 minutos; - Seca com um pano e após; - Borifar álcool 70% em toda superfície e secagem natural.
Equipamento	Liquidificador e outros desmontáveis
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	De acordo com o uso
Produtos utilizados	Detergente neutro, solução clorada e álcool 70%
Procedimento	<ul style="list-style-type: none"> - Retire os resíduos sólidos; - Lave com água e detergente; - Enxague; - Aplicação de solução sanitizante clorada com permanência mínima de 15 minutos; - Secagem natural; - Borifar álcool 70% em toda superfície e secagem natural.

Equipamento	Fogão
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	Diário
Produtos utilizados	Detergente neutro e limpador instantâneo
Procedimento	<ul style="list-style-type: none"> - Aplicar detergente com o auxílio de uma esponja; - Retirar as peças removíveis e colocar de molho com limpador instantâneo por toda área fixa do fogão, com o auxílio de uma esponja; - Deixar agir por 10 minutos, esfregar; - Enxaguar até a retirada completa do limpador;
Equipamento	Bancadas e mesas
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	Diário
Produtos utilizados	Detergente neutro e álcool 70%
Procedimento	<ul style="list-style-type: none"> - Retirar a sujidade grossa (restos de alimentos) da superfície; - Esfregar com uma esponja e detergente neutro, até que toda a superfície esteja limpa; - Enxaguar jogando água, até retirar todo o resíduo de detergente; - Utilizar um pano descartável e úmido; - Borrifar álcool 70% e deixar secar naturalmente.
Equipamentos	Utensílios (facas, talheres, copos, panelas e placas de corte)
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	Diário
Produtos utilizados	Detergente neutro e álcool 70%
Procedimento	<ul style="list-style-type: none"> - Retirar as sujidades; - Enxaguar o utensílio em água corrente; - Esfregar com uma esponja com detergente neutro até que toda superfície esteja limpa; - Enxaguar em água corrente, até retirar todo resíduo de detergente; - Colocar em recipiente limpo e higienizado; - Borrifar álcool 70% e deixar secar naturalmente; - Garantir a secagem completa antes de guardar os utensílios.

POP 05: Desinfecção dos Bebedouros

OBJETIVO: Estabelecer a medida de controle de caráter preventivo, visando a manutenção e higienização dos reservatórios dos bebedouros.

POP 05: Desinfecção dos Bebedouros	
Equipamentos	Bebedouros
Responsável	Auxiliares de limpeza
Frequência	A cada utilização
Produtos utilizados	Esponja, detergente neutro, solução clorada
Procedimento	<p>- Fazer a limpeza de toda a parte externa, inclusive torneiras; - Fazer a limpeza com auxílio de esponja (exclusiva para limpeza do bebedouro) e detergente, removendo todos os resíduos; - Enxague com água corrente, retirando toda a sujidade. Quinzenal: - Fechar o registro de entrada de água, antes de iniciar a limpeza; - Esvaziar o reservatório, abrindo as torneiras; - Fazer a limpeza interna das paredes e fundo do reservatório com auxílio de esponja e detergente removendo todos os resíduos; - Aplicar nas paredes e fundo do reservatório a solução clorada (01 colher de água sanitária para cada 01 litros de água); - Espalhar nas paredes e no fundo; - Deixar em contato por 15 minutos; - Enxaguar com água corrente, retirando a solução clorada; - Encher o reservatório com água limpa e abrir as torneiras para a retirada de todo o resíduo.</p>
Observações	<p>- É importante também realizar periodicamente a inspeção de drenos e encanamentos de reservatório; - Registrar a data da higienização e o nome do responsável.</p>

POP 06: Higienização do Ambiente

OBJETIVO: Manter o ambiente sempre limpo, eliminando risco de contaminação pelo COVID19 e contaminação cruzada por ação de micro-organismos.

POP 06: Higienização Ambiental	
Equipamento	Pisos
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	Diário
Produtos utilizados	Detergente neutro e sanitizante clorado
Procedimento	<ul style="list-style-type: none"> - Retirada completa dos resíduos com água corrente e detergente alcalino com auxílio de vassoura; - Retirada do detergente com água; - Aplicação da solução sanitizante clorado; - Deixar de molho por 15 minutos; - Retirar água com auxílio de rodo e após secar com um pano ou deixar secar naturalmente.
Equipamento	Azulejos
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	semanalmente
Produtos utilizados	Detergente neutro e sanitizante clorado
Procedimento	<ul style="list-style-type: none"> - Lavagem com detergente neutro com auxílio de esponja; - Enxague em água corrente; - Aplicação de solução sanitizante clorada; - Secagem natural.
Equipamento	Janelas, portas e telas
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	Diário
Produtos utilizados	Detergente neutro e sanitizante clorado
Procedimento	<ul style="list-style-type: none"> - Lavagem com detergente neutro com o auxílio de escova ou esponja; - Enxague com água corrente; - Aplicação de solução sanitizante clorada; - Secagem natural.

Equipamento	Tetos e luminárias
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	Quinzenal
Produtos utilizados	Detergente neutro
Procedimento	-Limpeza com pano umedecido com detergente neutro; - Enxague com pano descartável úmido para eliminação do detergente; - Secagem natural.
Equipamento	Prateleiras e armários
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	Limpeza sempre que necessário
Produtos utilizados	Detergente neutro
Procedimento	- Lavagem com detergente neutro com auxílio de escova ou esponja; - Enxague com água corrente; - Aplicação de solução sanitizante clorada com permanência mínima de 15 minutos; - Enxague; - Secagem natural.
Equipamento	Esponjas
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	Duas vezes ao dia
Produtos utilizados	Detergente e sanitizantes clorado
Procedimento	-Lavagem com detergente neutro com auxílio de escova ou esponja; - Enxague com água corrente ; - Aplicação de solução sanitizante clorada com permanência mínima de 15 minutos; - Enxague; - Secagem natural.

POP 07: Higienização de Lixeira e Recolhimento do lixo

OBJETIVO: Evitar a atração de pragas, odores e contaminação do ambiente.

POP 07: Higienização de Lixeira e Recolhimento do Lixo	
Equipamento	Lixeira
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	Diário ou sempre que necessário
Produtos utilizados	Detergente neutro, álcool 70%, saco de lixo
Procedimento	-Levar as lixeiras para o exterior da escola e retirar o lixo; - Esfregar com esponja e detergente todas as suas partes; - Enxaguar com água corrente; - Secar naturalmente; - Borifar álcool 70% e deixar secar naturalmente- Encaixar o saco plástico na lixeira; - Voltar a lixeira para os respectivos locais.
Descrição	Recolhimento de lixo
Responsável	Manipuladores de alimentos e auxiliares de cozinha
Frequência	Diário ou sempre que necessário
Procedimento	-Manter o lixo tampado; - Recolher o lixo várias vezes ao dia, evitando o acúmulo; - Ao recolher o lixo, não arrastá-lo durante o trajeto; - Necessário estipular um horário para que seja retirado o lixo, para que não haja risco de contaminação cruzada.
Observações	-É importante que o lixo não seja retirado pelo mesmo local onde entram as matérias-primas, embalagens e produtos acabados. Para isso, é necessário determinar horários diferenciados e práticas que impeçam a contaminação cruzada; - O lixo deve ser mantido em recipiente com tampa acionada por pedal, constituído de material de fácil higienização; - Após o manejo do mesmo, fazer a higienização das mãos.

POP 08: Higienização de Mamadeiras, copos de transição, chupetas, latas e recipientes de leite

POP 08: Higienização de Mamadeiras, copos de transição, chupetas	
Descrição	Higienização de Mamadeiras, copos de transição, chupetas
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	Diário ou sempre que necessário
Produtos utilizados	Detergente neutro, solução clorada 200-250 ppm (1 colhaer de sopa de água sanitária para 1 litro de água)
Procedimento	<p>-Higienizar as mãos; -descartar os resíduos e enxaguar; -deixar em imersão em água morna (min 42°C) com detergente por 15 minutos; - lavar com escova com cerdas exclusivas para este utensílios; - enxaguar em água; - escorrer e levar a fervura por pelo menos 5 minutos; -retirar e deixar secar naturalmente; - armazenar em recipientes individuais com tampa e identificados. OU</p> <p>-Higienizar as mãos; -descartar os resíduos e enxaguar; -deixar em imersão em água morna (min 42°C) com detergente por 15 minutos; - lavar com escova com cerdas exclusivas para este utensílios; - enxaguar em água; -deixar em imersão por 15 minutos, em solução clorada 200-250 ppm (1colher de sopa de água sanitária para 1 litro de água); - enxaguar em água; -deixar secar naturalmente; - armazenar em recipientes individuais com tampa e identificados.</p>
Descrição	Higienização de Latas e recipientes de leite
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	Diário ou sempre que necessário
Procedimento	-Higienizar as mãos; -Borrifar álcool 70° em toda a extensão da lata ou do recipiente do leite; passar papel descartável e deixar secar naturalmente; - identificar lata/recipiente como o nome do aluno, sala, data de abertura e data de validade.

Anexos

ANEXO 1: Higienização das mãos



Passe sabão e molhe com água



Esfregue a palma de cada mão



Esfregue entre os dedos



Esfregue o polegar de cada mão



Lave o dorso de cada mão



Lave os punhos

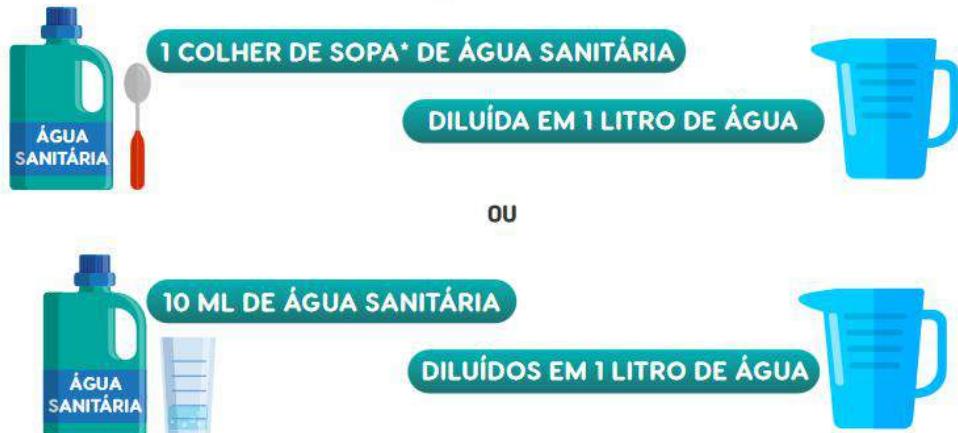
ANEXO 02: Preparo de Solução Clorada

Solução	Clorada 0,1%
Preparo	Água sanitária: diluir 2 ½ colheres de sopa de água sanitária / 1L água.
Responsável	Manipuladores de alimentos
Obs: A solução deve ser utilizada imediatamente, pois é degradada pela luz. Caso ainda reste parte da solução preparada, esta deve ser armazenada em frasco opaco. Nunca misture a solução com outros produtos, pois pode desencadear reações químicas indesejáveis e perigosas. Não utilizar estes produtos caso tenha alergia a estes. É aconselhável o uso de luvas, máscara e óculos para manuseio seguro destes produtos, pois são corrosivos à pele, olhos e mucosas.	

Solução	Clorada 0,1%
Preparo	Água Sanitária: 2 colheres de sopa de alvejante / 1L água.
Responsável	Manipuladores de alimentos
Frequência	Diário
Obs: A solução deve ser utilizada imediatamente, pois é degradada pela luz. Caso ainda reste parte da solução preparada, esta deve ser armazenada em frasco opaco. Nunca misture a solução com outros produtos, pois pode desencadear reações químicas indesejáveis e perigosas. Não utilizar estes produtos caso tenha alergia a estes. É aconselhável o uso de luvas, máscara e óculos para manuseio seguro destes produtos, pois são corrosivos à pele, olhos e mucosas.	

SOLUÇÃO CLORADA PARA HIGIENIZAÇÃO DE UTENSÍLIOS, EQUIPAMENTOS E SUPERFÍCIES COM CONTATO COM ALIMENTOS

PREPARO DA SOLUÇÃO CLORADA 200 - 250 PPM



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução-RDC nº. 216, de 15 de setembro de 2004. Dispõe sobre regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação. Diário Oficial da União, 2004.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 275, de 21 de outubro de 2002: Dispõe sobre o Regulamento Técnico de Procedimentos Operacionais Padronizados Aplicados aos Estabelecimentos Produtores/Industrializadores de Alimentos e a Lista de Verificação das Boas Práticas de Fabricação em Estabelecimentos Produtores/Industrializadores de Alimentos. Diário Oficial da União, 2002.

BRASIL. Agência nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC no.275, de 21 de Outubro de 2002. Dispõe sobre o Regulamento Técnico de Procedimentos Operacionais Padronizados aplicados aos Estabelecimentos Produtores/ Industrializadores de Alimentos e a Lista de Verificação das Boas Práticas de Fabricação em Estabelecimento Produtores/Industrializadores de Alimentos. Disponível em: http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/2718376/RDC_275_2002_COMP.pdf/fce9dac0-ae57-4de2-8cf9-e286a383f254 Acesso em: 15/06/2020 ás 12:30hs.

BRASIL. Gerência de Inspeção e Fiscalização Sanitária de Alimentos, Cosméticos e Saneantes – GIALI Gerência Geral de Inspeção e Fiscalização Sanitária – GGFIS Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA. Nota Técnica 18/2020 – Covid-19 e boas práticas de fabricação e manipulação de alimentos. Brasília, 06 de abril de 2020. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/documents/219201/4340788/NT+18.2020+-+Boas+Pr%C3%A1ticas+e+Covid+19/78300ec1-ab80-47fc-ae0a4d929306e38b>. Acesso em: 26/06/2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância Sanitária. Portaria nº 326, de 30 de julho de 1997. Regulamento Técnico sobre Condições Higiênico-Sanitárias e de Boas Práticas de Fabricação para Estabelecimentos Produtores/Industrializadores de Alimentos. Diário Oficial da União, 1997.

BRASIL. NOTA INFORMATIVA Nº 3/2020-CGGAP/DESF/SAPS/MS. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/April/04/1586014047102-NotaInformativa.pdf>. Acesso em: 29/06/2020.

Portaria CVS 6/99 de 10/03/1999. Estabelece os critérios de higiene de boas práticas operacionais para alimentos produzidos/fabricados/industrializados/manipulados e prontos para o consumo, para subsidiar as ações da Vigilância Sanitária e a Elaboração dos Manuais de Boas Práticas de Manipulação e Processamento.