

CAPACITAÇÃO DE MANIPULADORES DE ALIMENTOS

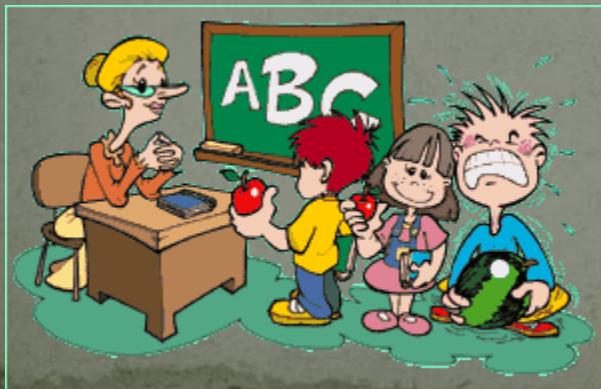


O que é Saúde?

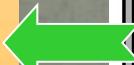
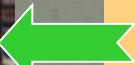
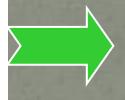
Saúde é mais do que não ter doenças, saúde é qualidade de vida, viver bem.



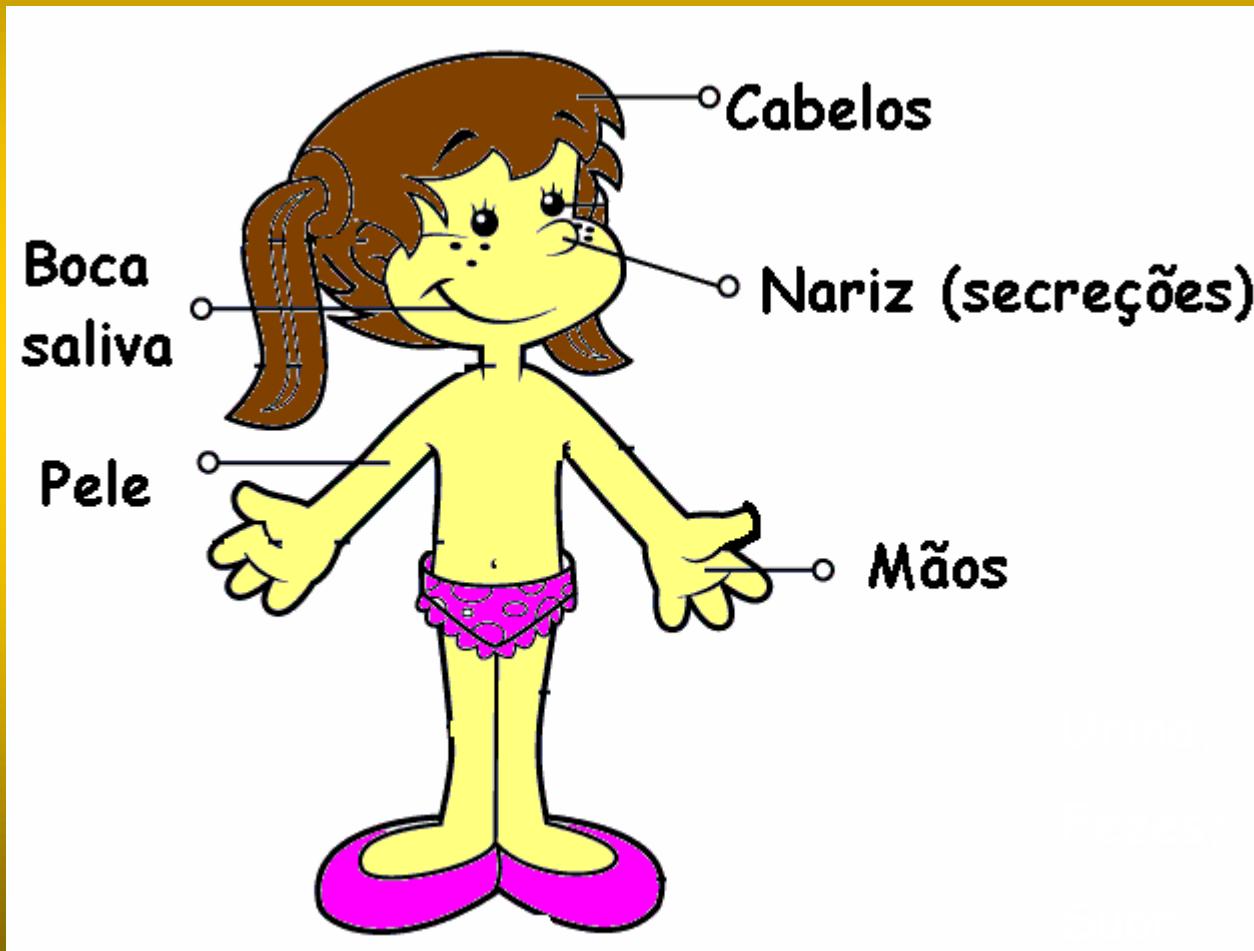
SAÚDE



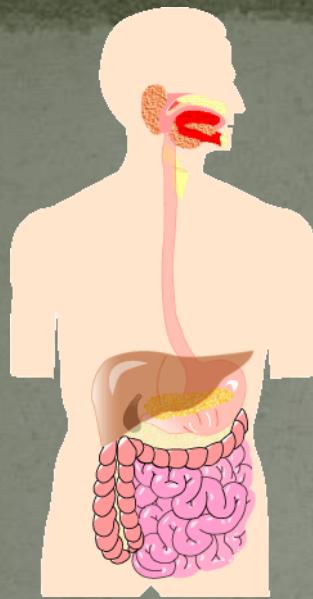
Quem é o manipulador?



Todas as pessoas carregam em seu corpo microorganismos...



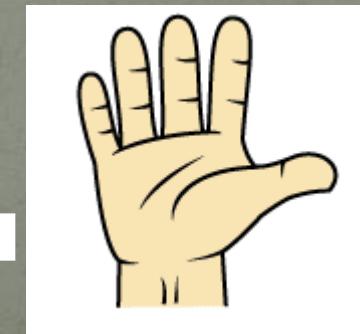
Exemplos:



100 milhões por grama



750 milhões/ml



62,500 por poro



1,5 milhões/cm²



2,5 milhões/cm²



Quando o alimento é contaminado?



Quando o homem passa para o alimento os microorganismos que carrega no corpo.



Além disso, o ambiente também pode contribuir para a contaminação dos alimentos



- Animais;

- Local de armazenamento;

- Higiene no ambiente de trabalho;

- Utensílios;



- temperatura;

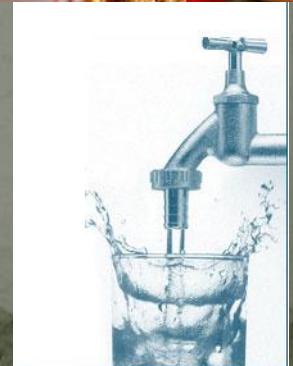
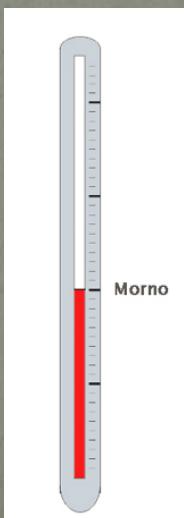
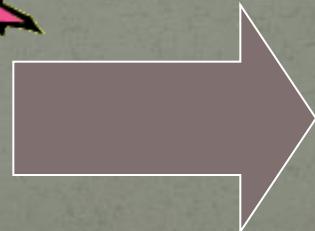
- O ar;
- Poeira;
- Umidade.

Microrganismos:



São seres muitos
pequenos que não
são vistos a olho nu.

Como eles
crescem e se
multiplicam?



Alimentos preferidos:



Laticínios



Carnes
(todos os tipos)



Maionese e
molhos

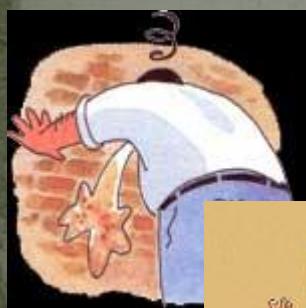


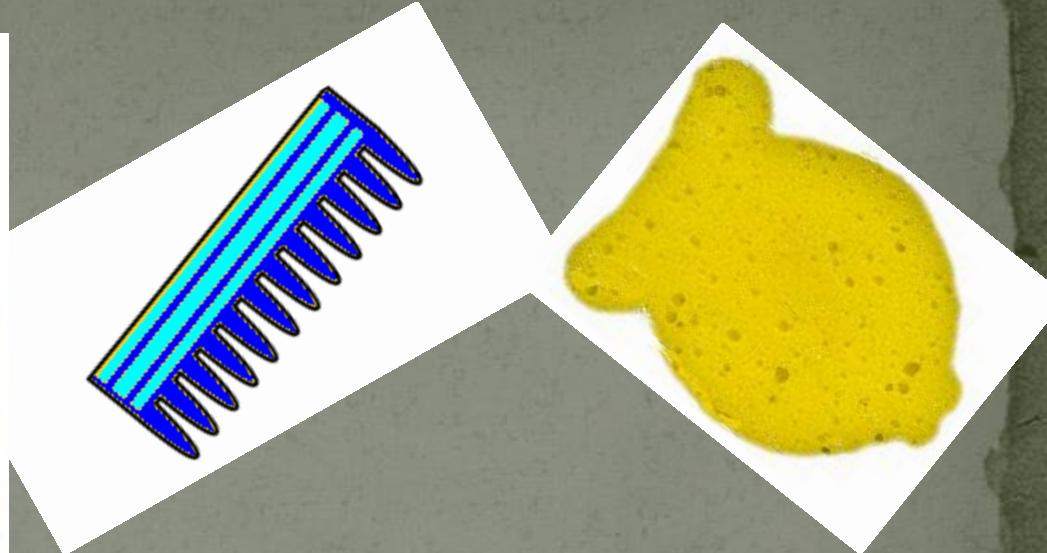
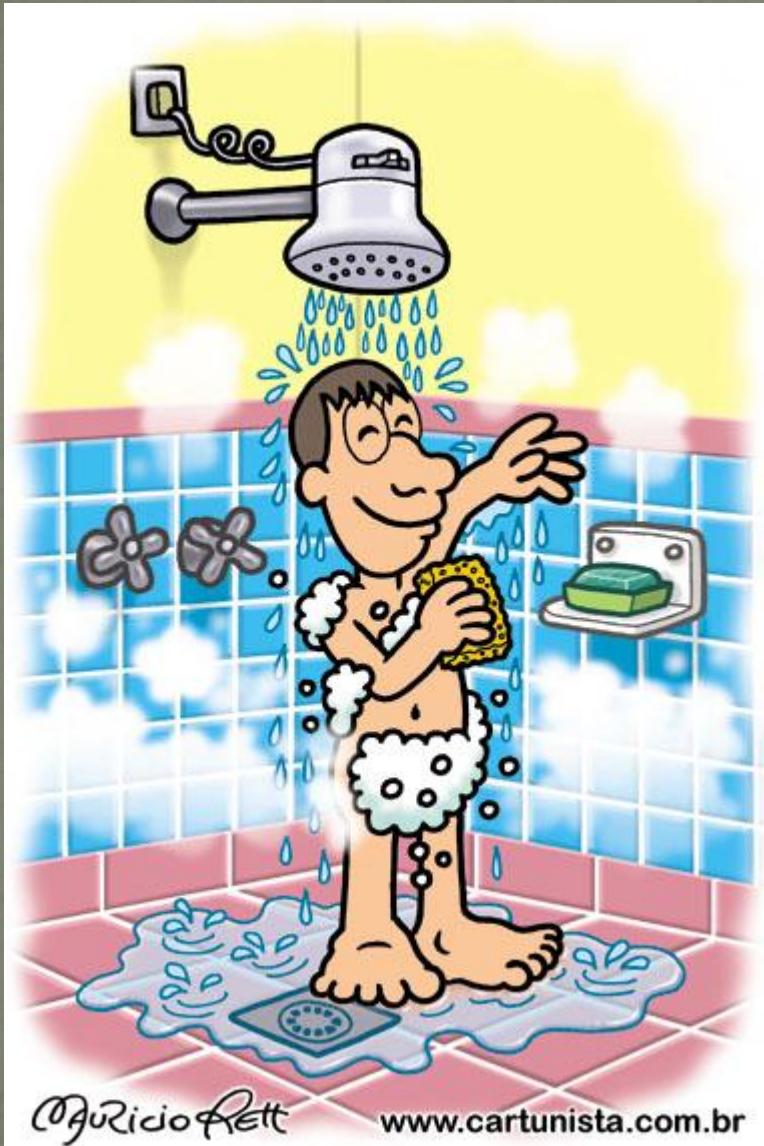
Ovos



Embutidos

O que podem causar?





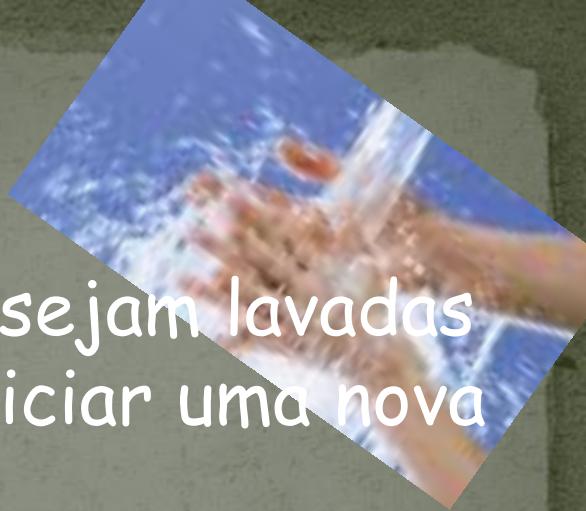
Higiene Pessoal



Mãos:

É muito importante que as mãos sejam lavadas sempre que chegar ao trabalho e ao iniciar uma nova atividade.

- * quando chegar na cozinha;
- * antes de tocar e depois de mexer nos alimentos;
- * depois de ir ao banheiro;
- * depois de assoar o nariz, espirrar ou tossir;
- * se mexer em animais;
- * Se usar luvas, trocar sempre que terminar uma tarefa.



Como lavar as mãos?



1. Molhar as mãos e o antebraço



2. Passar sabonete



3. Enxaguar bem as mãos e os antebraços



4. Secar com papel toalha

Unhas:



Sempre cortadas rente aos dedos pois os microorganismos se depositam embaixo delas



Não usar esmaltes de qualquer cor ou tipo pois podem descascar e se misturar à comida



Roupas:

- Devem estar sempre limpas, para que os microorganismos não se acumule;
- Não esquecer de usar sapato fechado, pois além de demonstrar higiene é um item de proteção contra acidentes

Como deve ser seu uniforme?

- Limpo e bem passado (sem manchas)
- Estar sempre bem fechado
- Completo: calça, camisa, sapato, touca ou boné

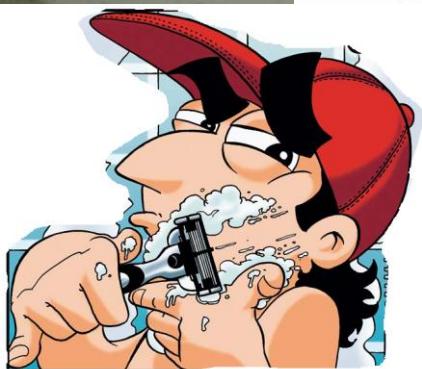
NÃO ESQUECER: USO DO AVENTAL



Cabelos:



- Manter sempre limpos e presos;
- Usar toucas que tapem TODO o cabelo;
- Se não tiver touca, o boné pode ser utilizado;
- Sempre fazer a barba.



Acessórios:

- Brincos, anéis, pulseiras ou fitas amarradas ao pulso

ELES PODEM CONTAMINAR
O ALIMENTO E/OU SE
MISTURAREM A ELE
DURANTE A PREPARAÇÃO

- Caso tenha o hábito de se maquiar, use pinturas discretas
- Não usar perfumes



O que não fazer???



1. Usar grampos nos cabelos;
2. Fumar na cozinha, banheiros, vestuários;
3. Carregar no bolso canetas, dinheiros, cigarro, isqueiros, relógios, moedas...
4. Falar, cantar, tossir, espirrar ou mexer no nariz enquanto prepara qualquer alimento;
5. Mascar chiclete, balas ou mesmo palitos "Beliscar" enquanto prepara os alimentos



7. Experimentar as preparações com os dedos;



8. Trabalhar sem uniforme;

9. Limpar as mãos ou suor no pano de prato ou até mesmo carrega-lo no ombro enquanto realiza as tarefas;

10. Assoprar a comida para ajudar a esfriar;



11. Roer as unhas





Higiene Ambiental e de utensílios



Todo o local que envolve a produção de alimentos deve ser mantido limpo e organizado.

Quando limpar?



TODOS OS DIAS: pisos, ralos, banheiros, cadeiras, mesas, caixas de plástico, recipientes de lixo

SEMANAL: paredes, portas, janelas, armários, coifas, geladeira, câmaras

QUINZENAL: estoques e estrados

MENSAL: luminárias e telas de proteção

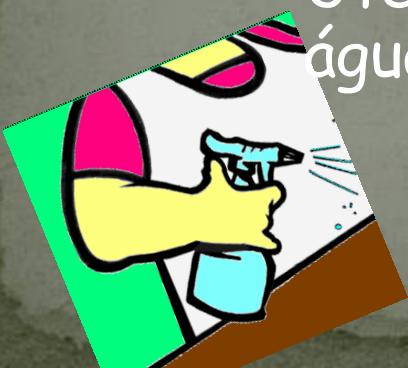
Etapas de limpeza:

1. Lavar com água e sabão
2. Enxagar
3. Lavar com solução desinfetante
4. Enxagar



DICAS: Comece a limpeza pelos lugares mais altos; tenha panos específicos para a limpeza do chão;

- Para limpeza das instalações: usar 2 colheres de sopa de água sanitária para cada litro de água
- Utensílios e equipamentos: 1 colheres de sopa de água sanitária para cada litro de água



Cuidados com a limpeza:



1. *começar a limpar pelos lugares mais altos até chegar no chão, cuidando para não espirrar sabão nas partes que já foram limpas*



2. *prestar atenção nos cantinhos, cubas de pias e ralos que acumulam sujeira e gordura*



3. panos e esponjas usados para limpar o ambiente não devem ser usados em utensílios ou mesas.



4. Não usar panos ou papelões como tapetes

5. vassouras, escovas, panos usados na limpeza não devem ser usados na produção e manipulação de alimentos



6. Não varrer o piso a seco



7. Substituir as esponjas toda semana.

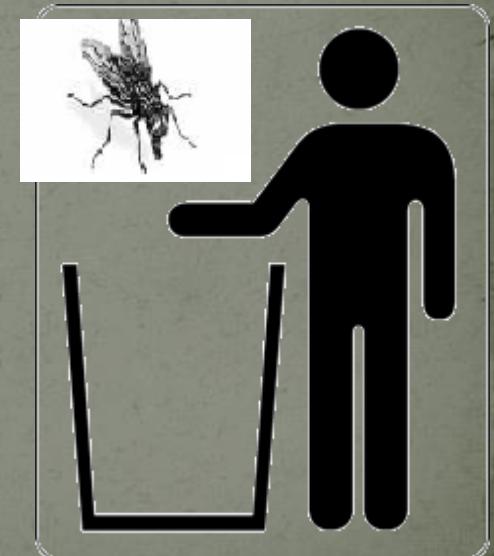


- Colocar o lixo em latões de plástico
- Recolher o lixo todos os dias ou sempre que estiver cheio
- Lavar os latões todos os dias





- Não esquecer de lavar também o local onde ficam os latões de lixo com desinfetante para que moscas ou outros animais não se aproximem
- Manter seco o local onde fica o lixo



EQUIPAMENTOS E UTENSÍLIOS

- Use água morna para retirar resíduos dos alimentos
- Lavar e ferver todos dias os panos usados para secar louças
- Não deixar restos de gorduras e alimentos na louça



- Guardar a louça limpa com a boca para baixo nos armários ou prateleiras
- **Colocar recipientes plásticos em água clorada (1 colher de sopa de água sanitária para cada litro de água) uma vez por mês**



- Secar com pano limpo tábuas de corte, espremedor de batatas e coadores sempre





- Os exaustores devem ser limpos de 15 em 15

dias

- Bebedouros: as torneiras devem ser limpas com solução clorada deixando escorrer pelo bico



- Lembrar de trocar o filtro do bebedouro periodicamente



- SEMPRE desmonte e retire as peças removíveis de batedeira e liquidificador para limpar.



Higienização Hortifruti



Como higienizar as frutas, legumes e verduras?

- Lavar bem em água corrente;
- Imergir em solução clorada (1 colher sopa de água sanitária para 1 litro de água);
- Após enxaguar bem em água corrente e está pronto para consumo.

ARMAZENAMENTO DE ALIMENTOS



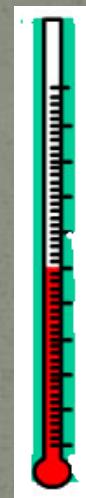
É uma das etapas mais importantes no fluxo do preparo.

Sob Temperatura ambiente:

No máximo 26°C



Os produtos não devem ser colocados diretamente no chão. Devem ser apoiados sobre prateleiras limpas e seca.

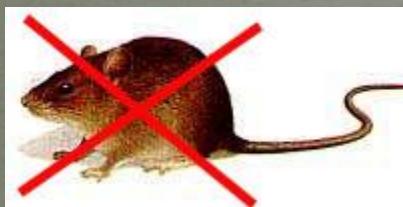


A área de armazenamento deve ser limpa, sem resíduos de alimentos no piso e prateleiras.

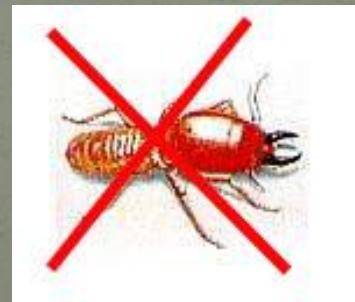




Os produtos de higiene e limpeza devem ser separados dos alimentos e descartáveis.



As embalagens devem permanecer vedadas impedindo a entrada de insetos, ratos e outros animais.



Não embalar os alimentos com sacos de lixos, jornais ou papéis coloridos.

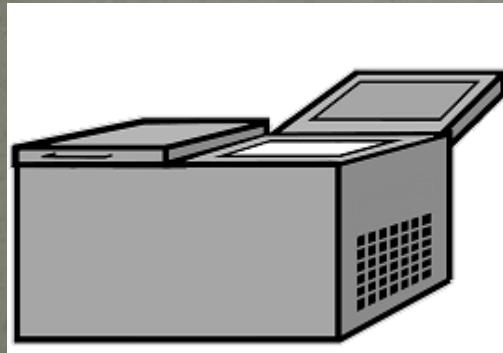


Sob temperatura controlada:

CONGELAMENTO



-18°C a -12°C



GELADEIRA



0°C a 10°C



Carnes, pescados 

Leite, sucos, frios 

Vegetais, legumes, frutas 



As portas das geladeiras ou freezers devem ser mantidas fechadas, sendo abertas o mínimo de vezes possíveis.



Os produtos com datas mais próxima do vencimento devem ser posicionados de forma a serem consumidos em 1º lugar.



As embalagens de leite podem ser armazenadas em geladeira após correta higienização.



Todos os gêneros devem possuir data de validade e identificação, mesmo depois de retirados de sua embalagem original.



Lavar em água corrente, com sabão, as embalagens e latas antes de abrir.



PRÉ PREPARO

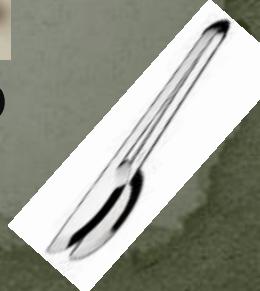


Retirar da embalagem os alimentos que não foram usados totalmente e colocá-los em recipientes adequados como: sacos ou embalagens plásticas ou de vidro.

As mãos e utensílios devem ser lavados entre a manipulação de alimentos crus e cozidos.



Manipular o alimento o mínimo possível, usando talheres ou pegadores.



Cozinhe bem os alimentos.



COZIMENTO

Todo alimento deve ser cozido



Nada de alimento mal passado.





RESFRIAMENTO



Alguns alimentos, após o cozimento precisam estar frios para serem consumidos, como saladas e sobremesas.



Coloque o alimento cozido e quente em recipientes rasos, assim o frio chegará mais rápido ao centro do alimento;

Deixar sair o vapor em temperatura ambiente por 30 minutos;

Tampar e colocar o alimento para resfriar em geladeira ou freezer.



REAPROVEITAMENTO DE SOBRAS

CUIDADO COM AS SOBRAS!!!



- *As sobras que não tiveram contato com o consumidor devem ser acondicionadas o mais rápido possível em recipientes limpos;
- *Devem estar em refrigeração e consumidas em no máx. 12hrs;
- *Não deixar em panelas de alumínio ou baldes;
- *Não guardar potes abertos na geladeira;
- *Não devem ficar à temp. ambiente, guardadas no forno ou fogão.