


**CAPACITAÇÃO DE  
MANIPULADORES DE ALIMENTOS**



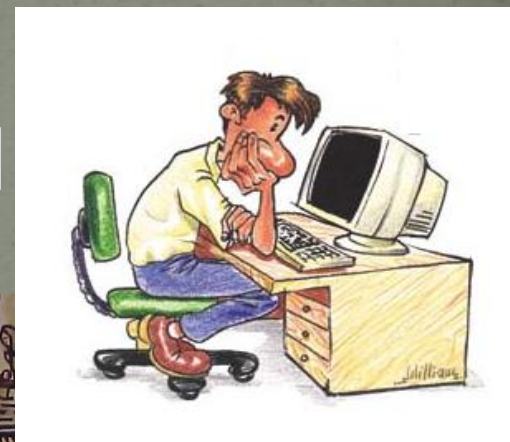
The background of the slide is a dense, repeating pattern of question marks in various colors including blue, yellow, red, green, purple, and pink. The question marks are stylized with a 3D effect, appearing to float or be slightly raised from the surface. A solid black rectangular box is centered horizontally and vertically, containing the text "O que é Saúde?".

O que é Saúde?

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

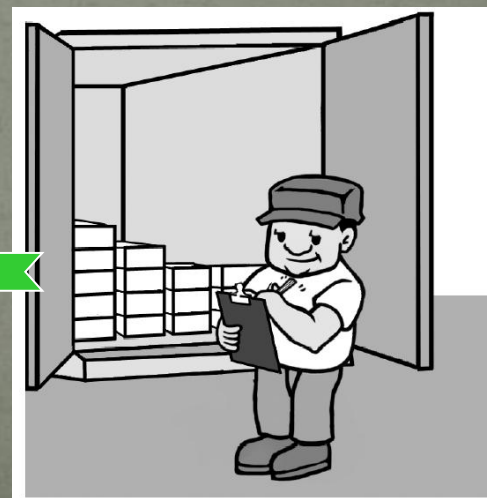


**SAÚDE**

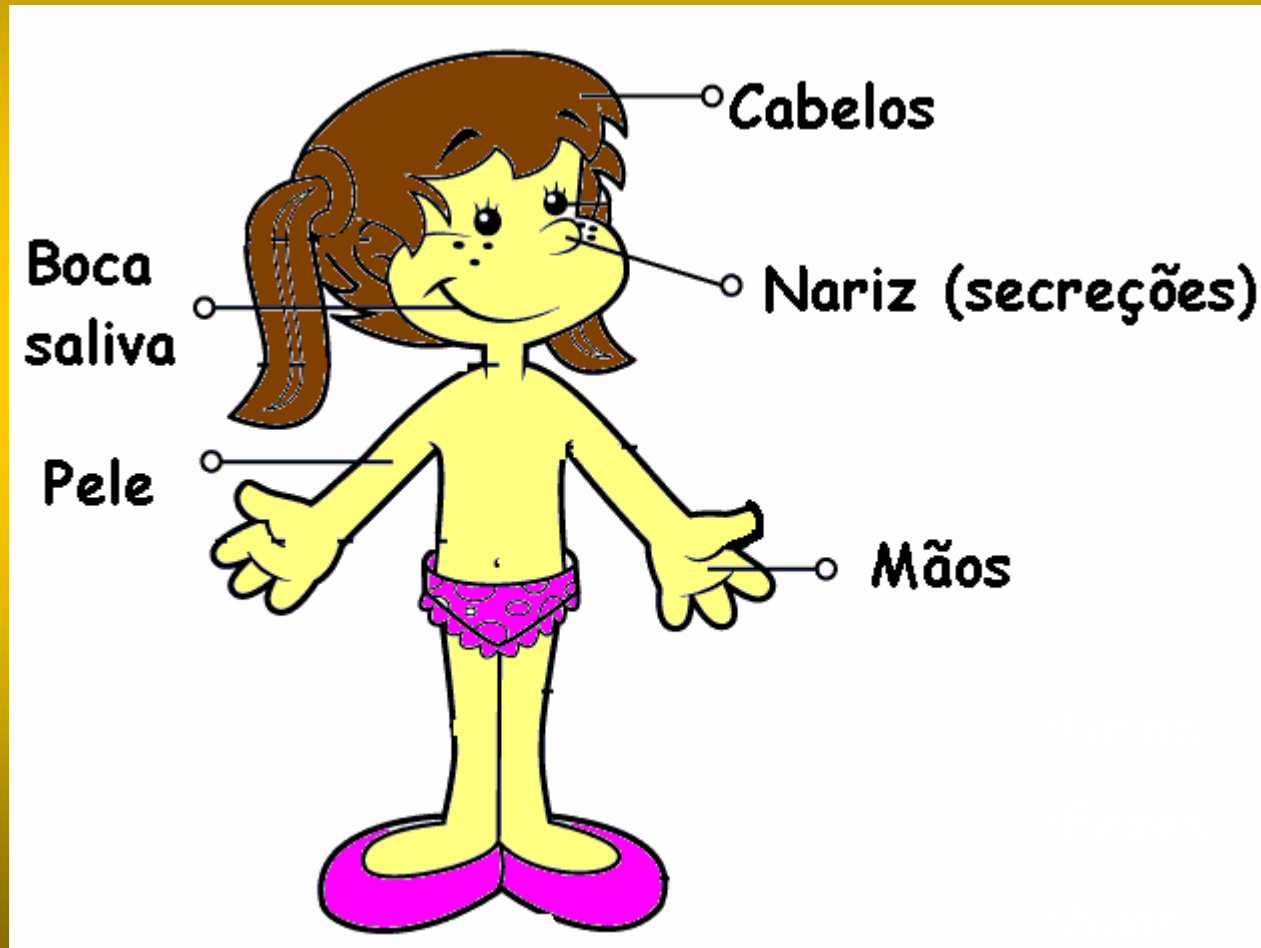




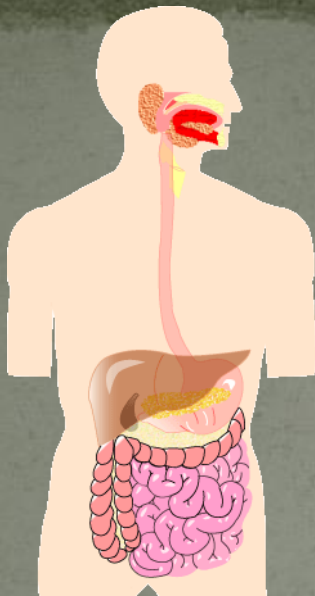
# Quem é o manipulador?



Todas as pessoas carregam em seu corpo microorganismos...



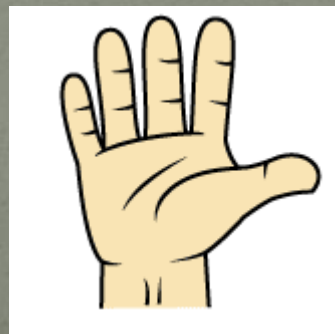
# Exemplos:



100 milhões por grama



750 milhões/ml



62,500 por poro



1,5 milhões/cm<sup>2</sup>

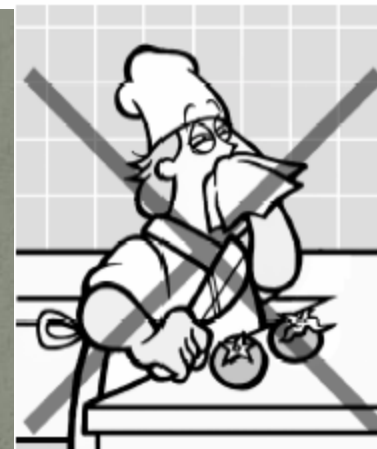


2,5 milhões/cm<sup>2</sup>

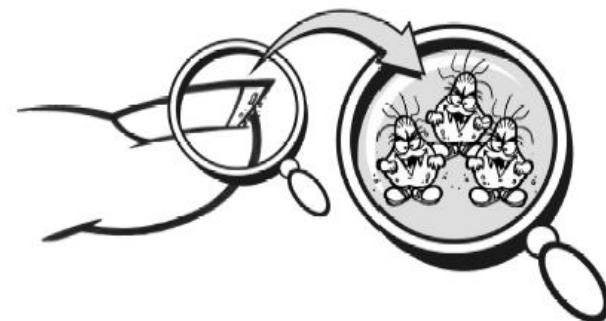




**Quando o  
alimento é  
contaminado?**



**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;

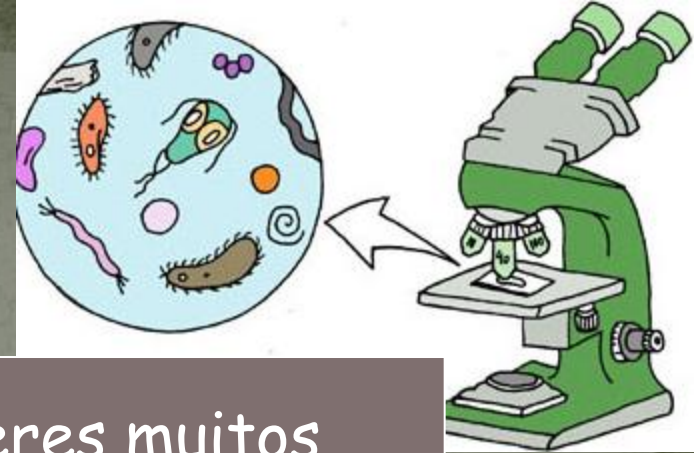


- temperatura;

- O ar;
- Poeira;
- Umidade.

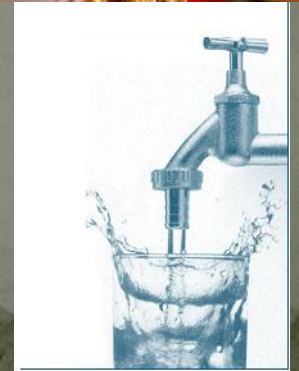
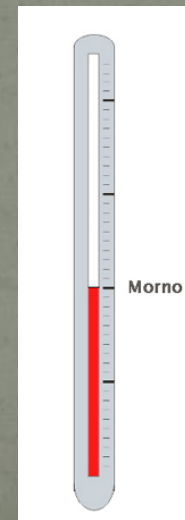
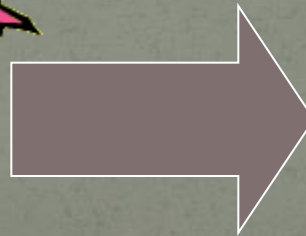


# Microrganismos:



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?



Diarréia



Cansaço



Dor de cabeça



Formação de gases



Dor abdominal



Perda de apetite



Vômito

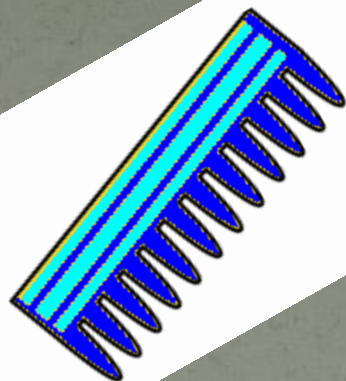


Febre



Náuseas





# 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, espirar 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???

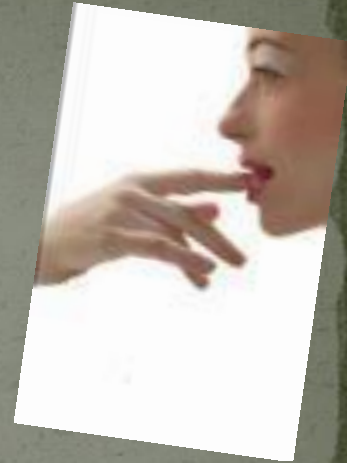


1. Usar grampos nos cabelos;
  2. Fumar na cozinha, banheiros, vestiários;
  3. Carregar no bolso canetas, dinheiros, cigarro, isqueiros, relógios, moedas...
  4. Falar, cantar, tossir, espirrar ou mexer no nariz enquanto prepara qualquer alimento;
  5. Mascar chiclete, balas ou mesmo palitos
- "Beliscar" 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 carregá-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. Enxaguar
3. Lavar com solução desinfetante
4. Enxaguar



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.



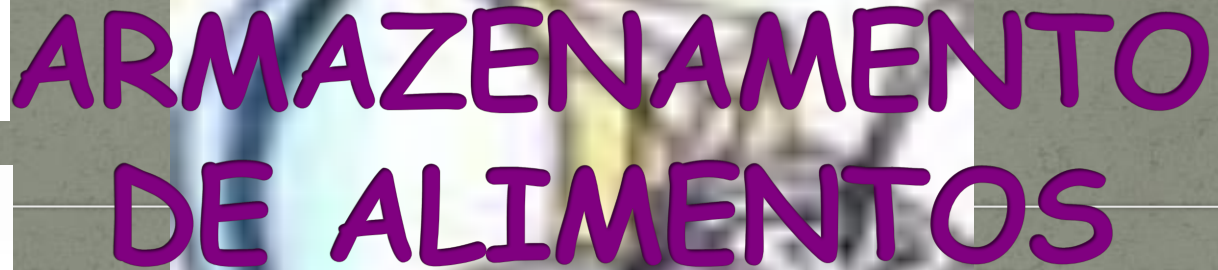
# Higienização Hortifruti



## 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.

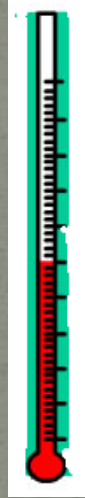




É uma das etapas mais importantes no fluxo do preparo.

## Sob Temperatura ambiente:

No máximo 26°C



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



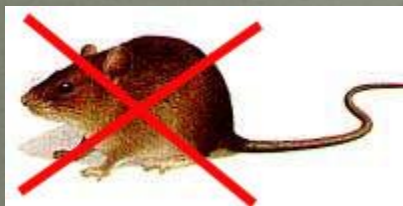
A área de armazenamento deve ser limpa, sem resíduos de alimentos no piso e prateleiras.







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.

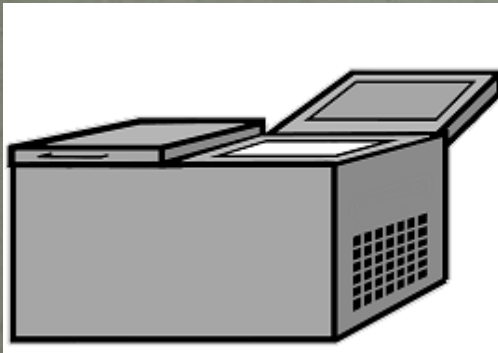


# Sob temperatura controlada:

## 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.



## PREPARO



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.

