

ASSOCIAÇÃO PRATO CHEIO

BOAS PRÁTICAS DE MANIPULAÇÃO DE ALIMENTOS

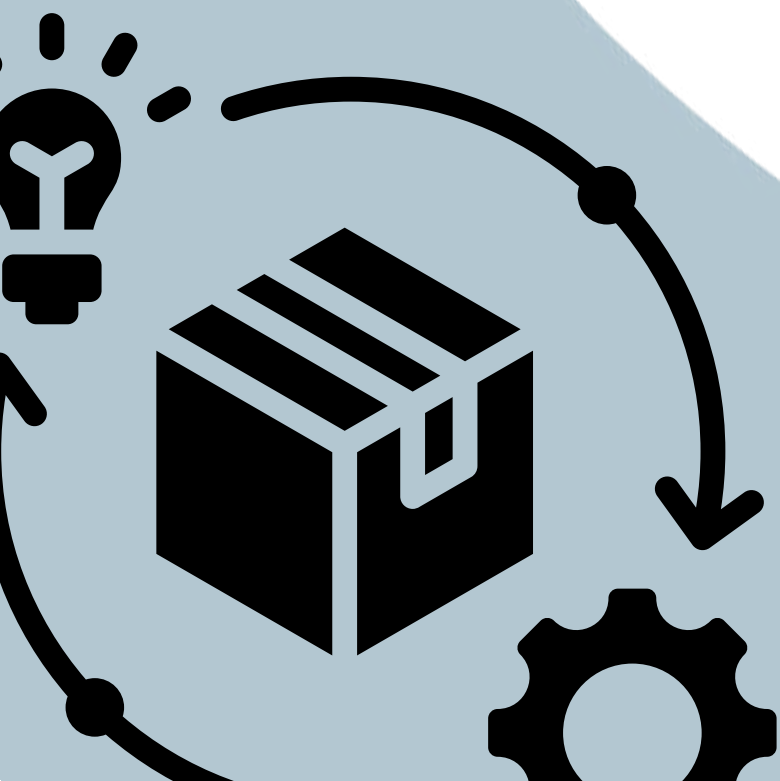


Agenda da apresentação

Tópicos a serem abordados

- O que é, para que serve?
- Autocuidado
- Higienização de alimentos
- Higienização do local de trabalho
- Contaminação cruzada: como evitar?

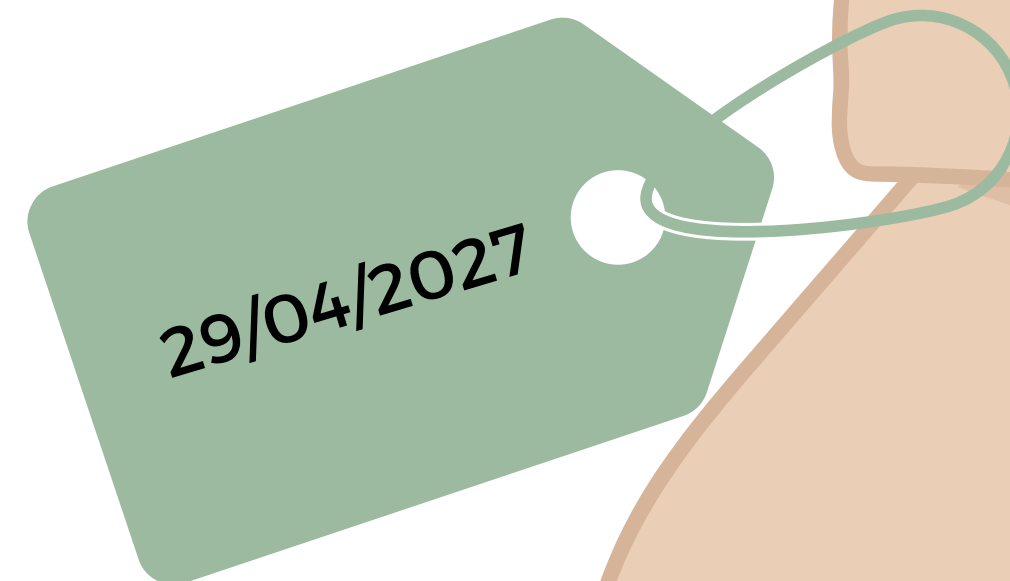
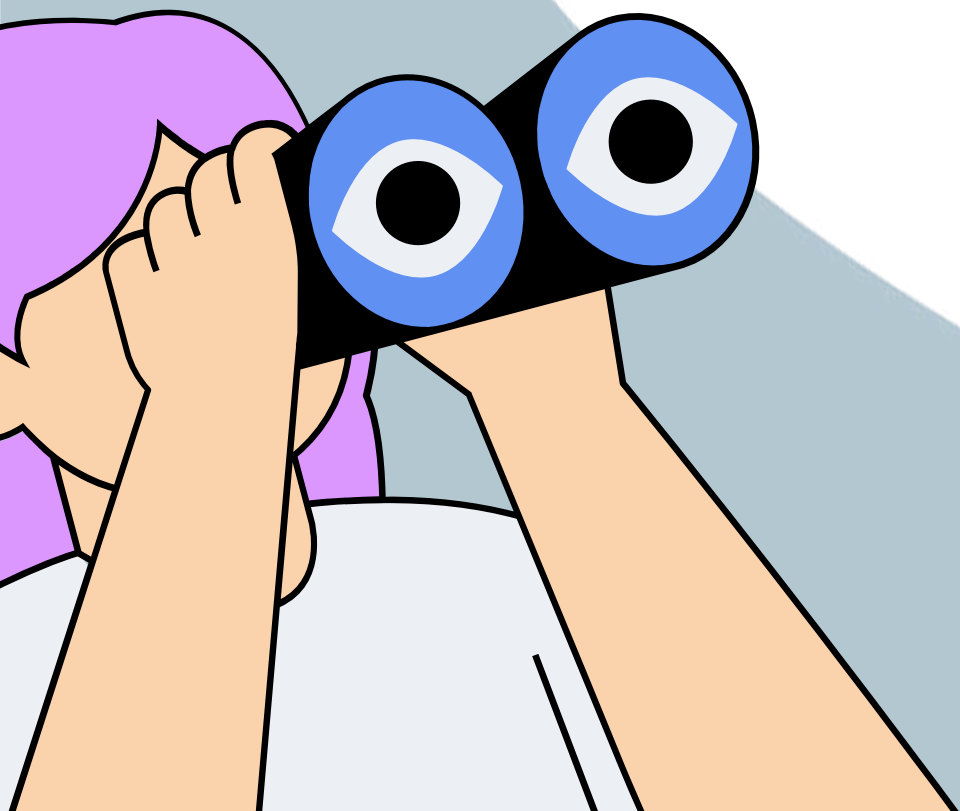
As Boas Práticas de Manipulação de Alimentos são as práticas de organização e higiene necessárias para garantir alimentos seguros e envolvem todas as etapas produtivas





E quais as vantagens?

VANTAGENS DAS BPM



VANTAGENS DAS BPM



“..mas eu sempre fiz assim e nunca tive problema”



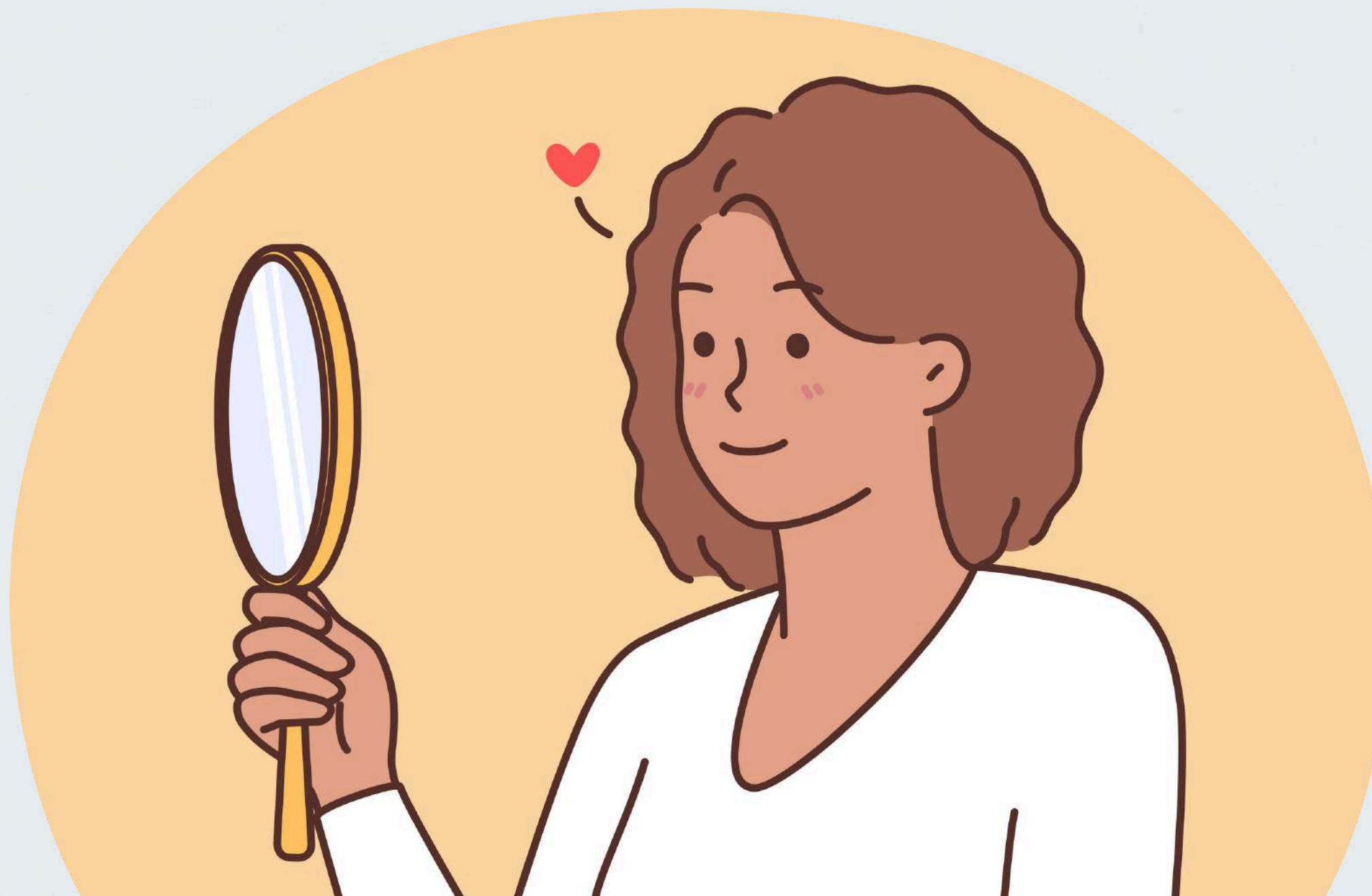
ASSOCIAÇÃO PRATO CHEIO

Autocuidado no ambiente de trabalho

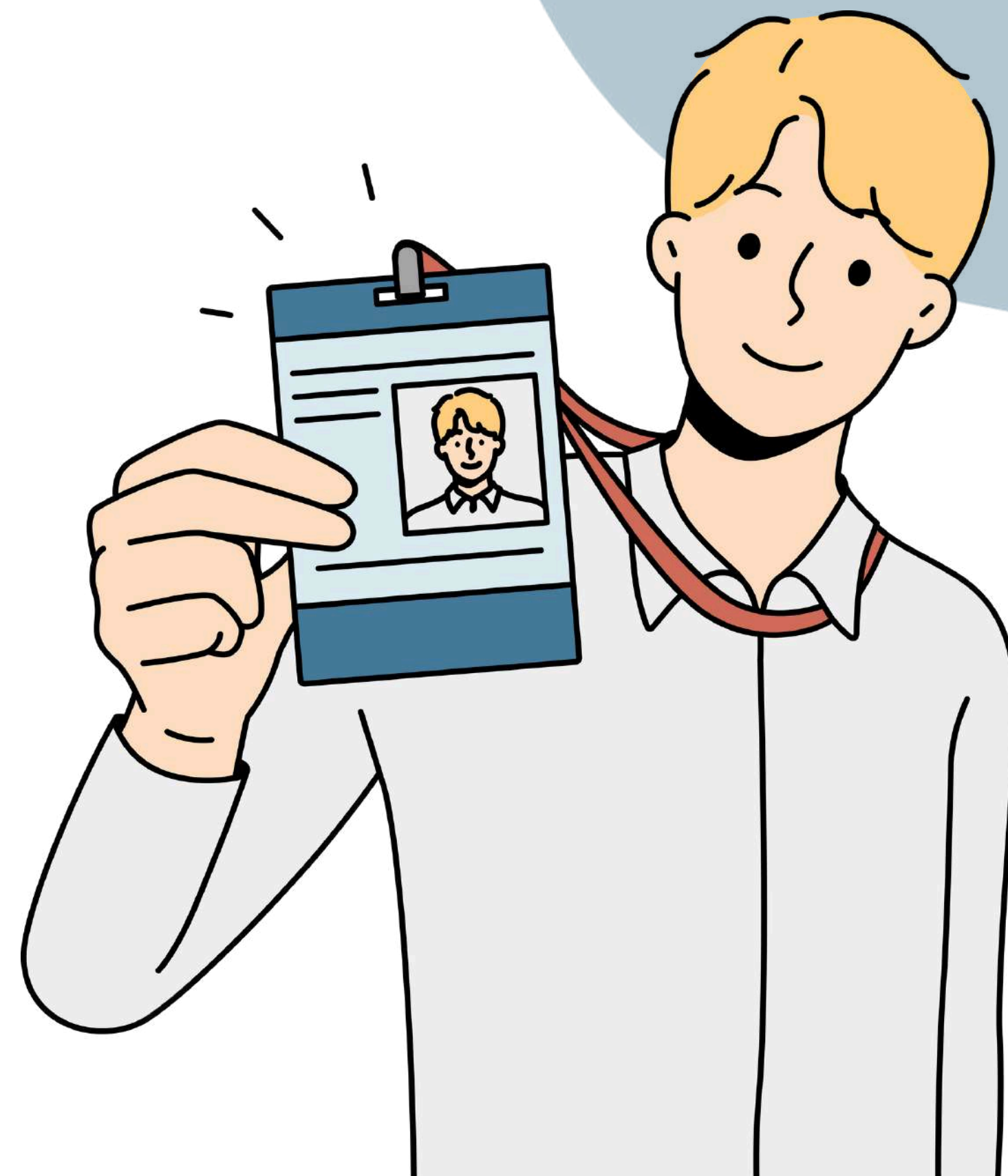
Higiene pessoal, Apresentação/aparência e comportamento



**A Higiene pessoal é o principio de
amor próprio e auto cuidado**



Higiene, mãos limpas, unhas curtas, sem esmalte e sem adornos;
Uso de uniformes limpos e com os equipamentos de proteção individual



Possíveis vetores de contaminação

 Cabelo

 Saliva

 Acessórios

 Roupas

 Unhas

 Barba

 Mãos

 Sapato

 Pele

 Pêlos do braço





**Vocês sabem higienizar
as mãos corretamente?**



Lavagem correta 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



Cartilha de boas práticas de manipulação ANVISA (2004)



 Áreas freqüentemente esquecidas durante a lavagem das mãos

 Áreas pouco esquecidas durante a lavagem das mãos

 Áreas não esquecidas durante a

**Em quais momentos
devemos lavar as mãos?**



A nossa aparência física no ambiente de trabalho transmite segurança e bem-estar

Itens de proteção

- Touca descartável/gorro;
Máscara descartável;
- Avental;
- Dólmã ou camisa com manga curta e fechada;
- Calça comprida;
- Sapato FECHADO e antiderrapante
- Luvas descartáveis, térmicas e malha de aço;

Uso correto da touca de cabelo no ambiente de trabalho

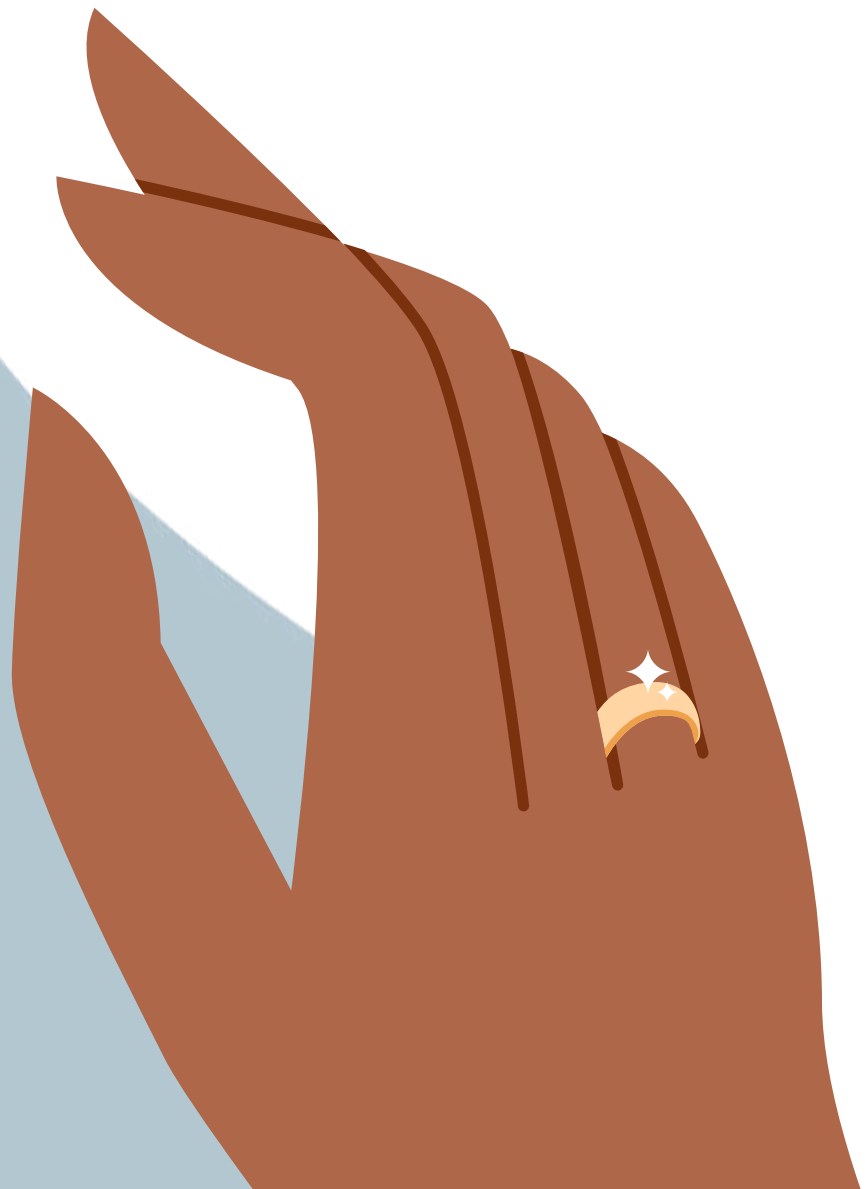


Errado

Correto



uso de adornos





**As unhas devem
ser curtas,
limpas e sem
esmalte ou base**

importância do uniforme adequado



ASSOCIAÇÃO PRATO CHEIO

Higienização de frutas, legumes e verduras



Importância da higienização

Do plantio até a venda, estão em contato direto com bactérias e vírus que podem tornar o alimento impróprio para o consumo.



Alimentos que necessitam de desinfecção



Alimentos consumidos com casca ou crus ou com pouco cozidos: morango, tomate, salsinha, cebolinha, etc... (exemplos?)



Quando o alimento passa por cozimento, o calor destrói os germes.



Desinfecção

Deixe os alimentos de molho em solução com água sanitária ou hipoclorito de sódio, por no mínimo 15 minutos.

ATENÇÃO!

Vinagre e bicarbonato **NÃO** são indicados para a desinfecção de alimentos



Diluição da água sanitária

Verificar no rótulo da embalagem se o produto é permitido para uso em alimentos!

PARA PEQUENO VOLUME



10 ml (1 colher de sopa rasa)
de água sanitária (2-2,5%)

+

1L de água potável

PARA GRANDE VOLUME



100 ml (1/2 xícara) de
água sanitária (2-2,5%)

+

10L de água potável



Diluição do hipoclorito de sódio

O Hipoclorito de Sódio a 2,5% deve ser distribuído de forma gratuita à população

HIPOCLORITO 2,5%



10 ml (1 colher de sopa
rasa) de hipoclorito
+
1L de água potável

HIPOCLORITO 1%







20 ml (2 colheres de sopa
rasa) de hipoclorito
+
1L de água potável



- **Armazenar os alimentos higienizados em recipientes fechados e geladeira.**
- **Evitar contaminação cruzada com outros alimentos crus ou mal lavados.**

Exemplos

*A contaminação cruzada pode ocorrer entre diferentes tipos de alimentos.

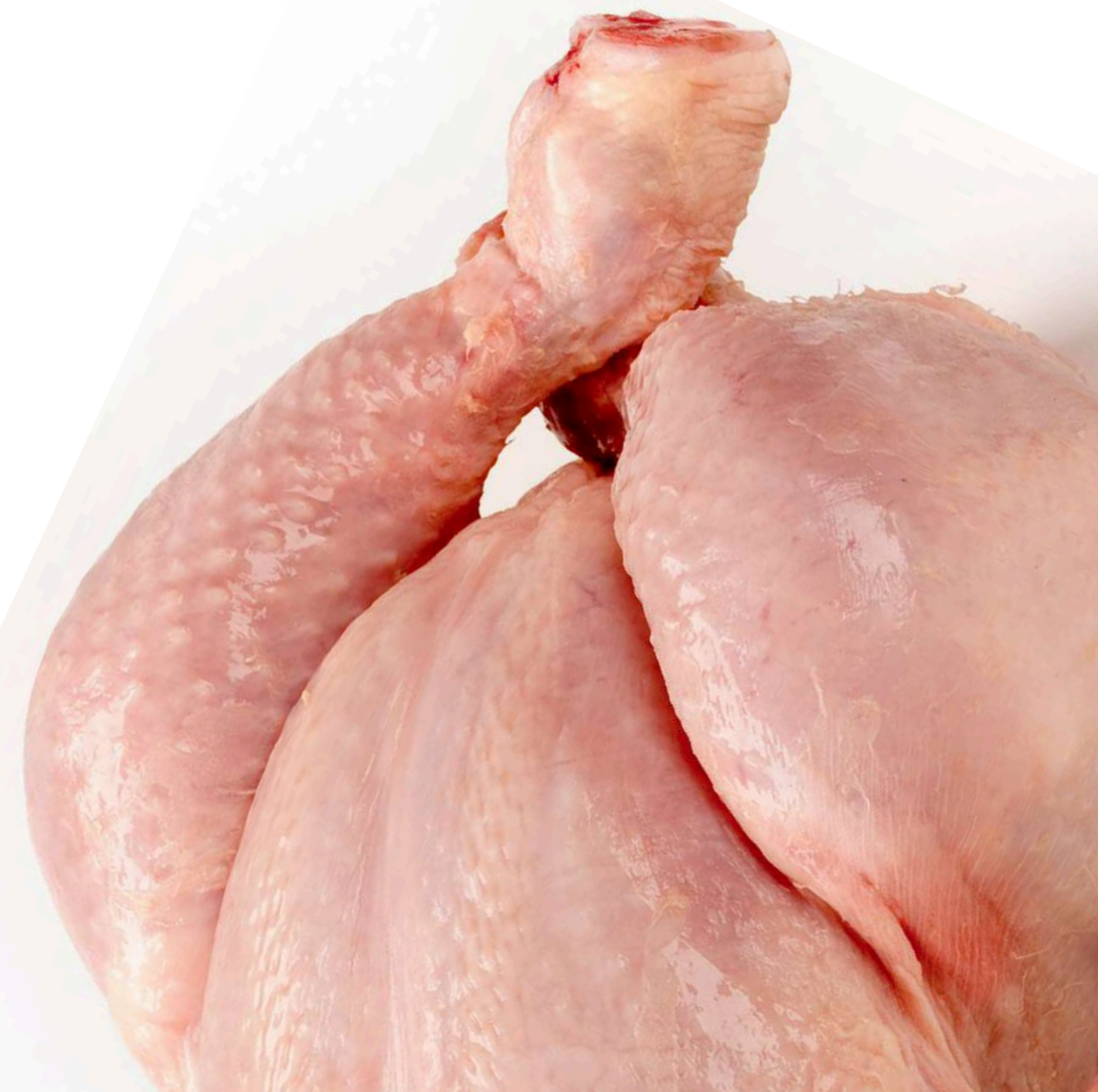
-  Utilização de mesmo equipamento de corte para carnes e verduras, ou utilizar o mesmo utensílio para cortar a carne crua e a cozida.
-  Armazenamento em embalagens e caixas contaminadas.
-  Contato direto entre alimentos crus contaminados durante a manipulação ou no armazenamento. 



LAVAR
FRANGO

?

LAVAR
CARNE?



Não é recomendado lavar frango cru pelo risco de transferência de germes por meio de respingos de água.



ASSOCIAÇÃO PRATO CHEIO

Higienização de Instalações, Equipamentos, Móveis e Utensílios



**Higienização =
Limpeza + Desinfecção**



- ➔ **Limpeza para remoção de sujidades com água e sabão / detergente;**
- ➔ **Enxague, desinfecção;**
- ➔ **Secar naturalmente, com pano descartável ou papel toalha;**
- ➔ **Utilizar Equipamentos de Proteção Individual (EPI).**





Importância da higienização

Evitar multiplicação de micro-organismos que possam contaminar os alimentos no processo de armazenamento, produção e distribuição





A cada utilização: Equipamentos, utensílios, bancadas, superfícies de manipulação e borrifadores;

Diariamente: Pisos, rodapés, ralos, as áreas de lavagem e sanitários, produção, maçanetas, lavatórios, cadeiras, mesas e lixeiras ,

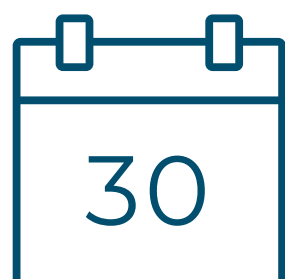




Semanal ou conforme a necessidade: Paredes, portas, janelas, prateleiras, coifas, geladeiras e câmaras frigoríficas;



Quinzenal ou conforme a necessidade:
Estrados ou similares e depósitos;



Mensal: Luminárias, interruptores, tomadas e telas; De acordo com a necessidade ou regulamentação específica: teto ou forro, caixa de gordura, filtro de ar condicionado e canaleta de ar.



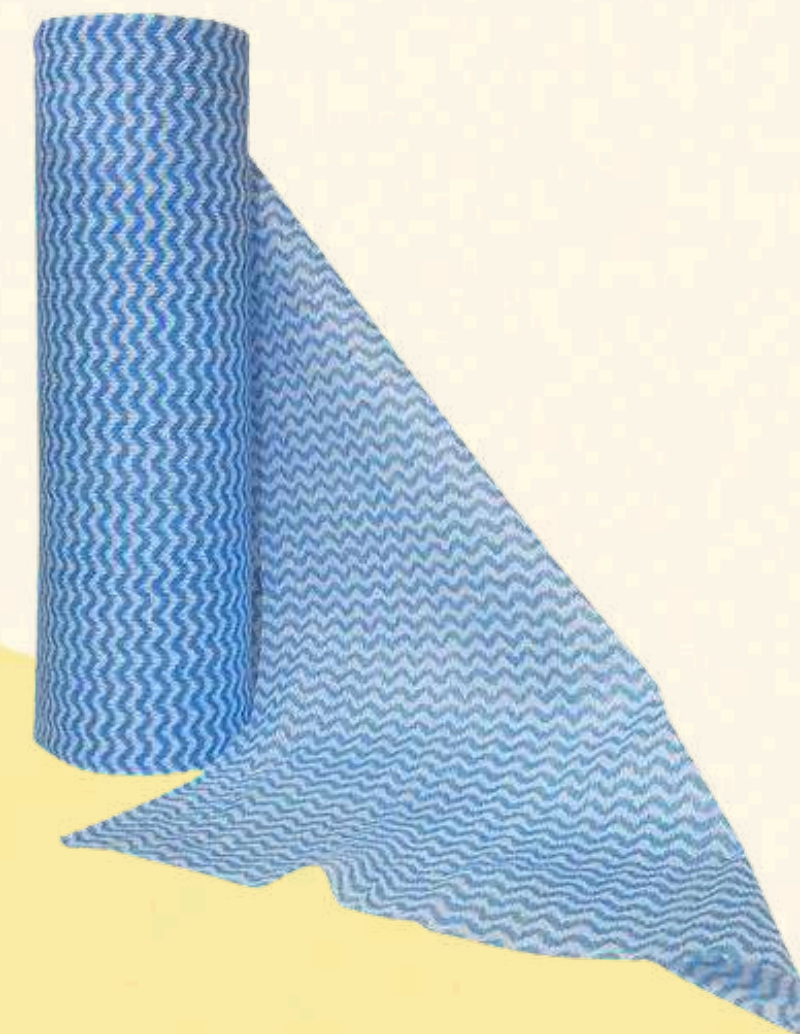
JAMAIS!



Papel Toalha 100% Celulose Virgem



Pano Multiuso - tipo perfex





INSTAGRAM

@associacaopratocheio

E-MAIL

nutricao@pratocheio.org.br

TELEFONE

(11) 93094-8469 - Equipe de Nutrição

