



Co-funded by
the European Union



CC BY-NC-SA 4.0 DEED

Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International

Segurança Alimentar, Higiene e Saneamento

UNIDADE 1





Co-funded by
the European Union



Co-funded by
the European Union

"Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them."

"Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden."



This document was created as free learning and teaching material (Open Educational Resource) and is licensed under Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



Deaf Chefs
Learning The World Cuisine
2021-1-DE02-KA220-VET-000034650
www.silentchefs.org



Co-funded by
the European Union

UNIDADE 1

Segurança Alimentar, Higiene e Saneamento

Índice

- 1.1. Importância da higiene na cozinha**
- 1.2. Conceitos básicos de segurança e higiene alimentar**
- 1.3. A importância da higiene pessoal na cozinha**
- 1.4. Os perigos da segurança alimentar e como evitá-los**





Co-funded by
the European Union

1.1. Higiene na cozinha

Um dos elementos essenciais de uma vida saudável é o consumo de alimentos seguros. Há alguns elementos que devem ser considerados em todas as fases de "produção, compra e consumo" para garantir a segurança alimentar.

1.2. Conceitos básicos de segurança e higiene alimentar

Alimentos seguros são os alimentos que estão livres de todos os fatores que causam a deterioração e contaminação enquanto o seu valor nutricional é preservado.

Higiene: As aplicações implementadas e as medidas de limpeza tomadas para proteger a saúde de fatores nocivos são chamadas de higiene.

Saneamento: É a purificação biológica de alimentos de todos os microrganismos.

Higiene Alimentar: É o corpo das regras necessárias para controlar os perigos que ocorrem de forma a proteger a saúde humana durante as fases de "produção, compra, armazenamento, distribuição e venda" dos alimentos e eliminar os riscos.

Higiene da Cozinha: É o conceito que expressa a preparação de alimentos em condições adequadas à saúde.

1.3. A importância da higiene pessoal na cozinha

Boca/Nariz/Cabelo/Roupa

- Boca, nariz e cabelo não devem ser tocados durante a preparação ou cozedura de alimentos.
- O tecido de papel ou uma máscara devem ser usados em caso de tosse ou espirros.



Learning The World Cuisine
2021-1-DE02-KA220-VET-000034650
www.silentchefs.org



Co-funded by the European Union

- Quando o sabor dos alimentos for verificado, deve ser usada uma colher em separado e colocada num prato separado. A degustação não deve ser feita com a colher com que os alimentos são mexidos.



- Uma rede ou algum outro material de proteção deve ser usado como precaução para evitar que cabelos caiam nos alimentos.

Mãos e Higiene

As mãos devem, definitivamente, ser lavadas bem com sabão:

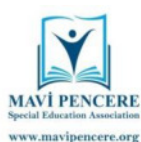
- No início de cada operação;
- Depois de tocar em alimentos crus;
- Sempre que se use o WC;
- Antes de servir a comida;
- Depois de tocar no dinheiro;
- Depois de tocar em ferramentas sujas;
- Depois de tossir e espirrar;
- Depois de tocar no lixo.

Como lavar as mãos corretamente?

- As mãos devem ser ensaboadas do pulso para as pontas dos dedos, de preferência com água morna.
- Esfregue entre as mãos e os dedos durante pelo menos 20 segundos.
- As mãos devem ser completamente enxaguadas sob água corrente.
- As mãos devem ser secas com uma toalha limpa ou toalha de papel.

Como aplicar desinfetantes manuais?

A forma mais eficaz e rápida de remover as bactérias das nossas mãos chama-se "desinfecção manual". É necessário utilizar os desinfetantes com propriedades antissépticas. Tome 3-5 ml de um desinfetante à base de álcool eficaz e aplique em ambas as mãos e esfregue as mãos durante cerca de um minuto. Os desinfetantes manuais podem ser aplicados em mãos lavadas ou secas, especialmente após o uso do WC e após o contacto com carne crua.

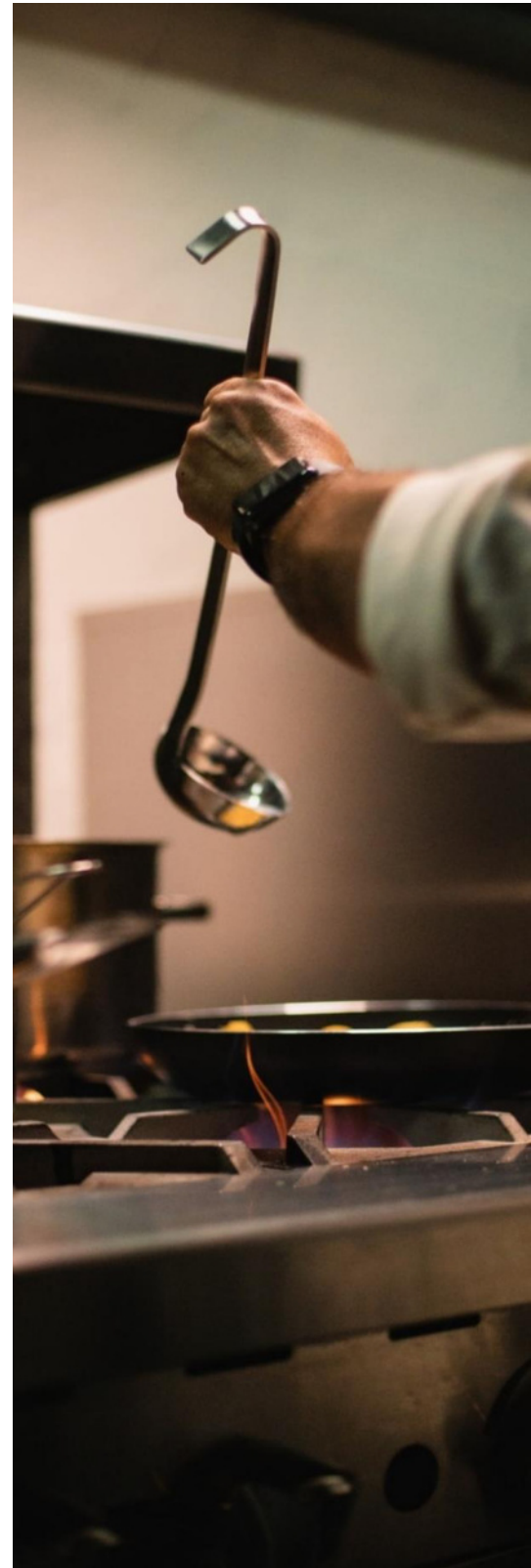




Co-funded by
the European Union

1.4. Os perigos da segurança alimentar e como evitá-los

- Os estabelecimentos que produzem e vendem alimentos e substâncias e materiais conexos que estejam em contacto com os alimentos, e os estabelecimentos que os ofereçam para consumo público são obrigados a implementar e manter procedimentos baseados nos princípios das "Práticas de Higiene" e "HACCP", que estão entre os métodos mais eficazes para alcançar alimentos seguros.
- Aquisição ou apresentação dos produtos de empresas de produtos alimentares com um número de registo/aprovação,
- Os alimentos cuja qualidade se deteriorou e cuja data de validade/data de consumo recomendada não seja indicada claramente não devem ser de venda ou consumo,
- Conservação dos alimentos em conformidade com as condições de armazenagem,
- Prevenção da contaminação cruzada,
- Cumprimento das regras de higiene,
- Controlo de pragas,
- Cumprimento das regras de higiene pessoal,
- Utilizando equipamento técnico, ferramentas e materiais adequados,
- Implementação de uma gestão eficaz dos resíduos,
- As superfícies em que os géneros alimentícios são preparados, utilizados ou transformados devem ser concebidos e estabelecidos de forma a proporcionar condições de higiene adequadas à produção de géneros alimentícios,
- Deve haver espaço de trabalho suficiente para permitir que os procedimentos higiénicos sejam executados sem falhas.
- As portas devem ser fáceis de limpar e desinfetar,
- As janelas devem ser feitas de material durável para evitar a acumulação de sujidade,
- As redes mosquiteiras devem ser usadas nas janelas que dão para o exterior,
- As soleiras das janelas não devem ser utilizadas como prateleiras.
- As superfícies devem ser concebidas de modo a não provocar a acumulação de sujidade, a contaminação de materiais estranhos com géneros alimentícios, a formação de líquidos ou moldes condensados,



Deaf Chefs
Learning The World Cuisine
2021-1-DE02-KA220-VET-000034650
www.silentchefs.org



Co-funded by the European Union

- As superfícies devem ser limpas, desinfetáveis e resistentes à corrosão,
- As superfícies do chão e da parede devem ser sólidas, facilmente laváveis e desinfetadas quando necessário,
- A água das casas de banho nos locais de trabalho deve ser contínua, deve haver uma ligação de esgotos e, de modo algum, devem ser abertas as casas de banho diretamente para os espaços onde os alimentos são preparados,
- Deve estar disponível sabão líquido, secador de mãos higiénico e dispensadores de desinfetantes nas áreas sanitárias,
- Os tapetes de higiene devem estar disponíveis nas tomadas de sanita,
- As áreas sociais do pessoal devem ser separadas das áreas de produção e de venda de produtos alimentares,
- Devem ser providenciados locais para o pessoal mudar de roupa,
- Devem existir armários onde a roupa de trabalho e as roupas de rua podem ser guardadas separadamente,
- Lava-mãos limpos, sonoros e a funcionar devem estar disponíveis em número necessário nos pontos adequados do local de trabalho,
- As ferramentas e equipamentos utilizados no processamento de alimentos não devem ser lavados em lava-mãos,
- De acordo com a natureza do trabalho realizado, devem estar disponíveis ligações distintas de água fria e quente,
- Os sistemas de ventilação devem ser capazes de remover o fumo, o cheiro, fuligem e evaporação, mantendo a temperatura e impedindo a entrada de poeiras, sujidade e pragas,
- O local de trabalho deve ser iluminado naturalmente ou artificialmente, equivalente à luz do dia,
- Os equipamentos de iluminação devem ser protegidos contra eventuais perigos e ruturas,
- Os locais de trabalho do negócio alimentar devem ter água quente e fria de qualidade da água potável em todos os momentos,
- O gelo deve ser produzido a partir de "água potável",
- Os reservatórios de água devem ser fabricados de materiais adequados à alimentação e à saúde humana,
- As máquinas de gelo e os reservatórios de água devem ser limpos e desinfetados regularmente,
- As águas residuais e o sistema de esgotos devem ser concebidos e produzidos para evitar a contaminação dos géneros alimentícios e das pessoas,



Deaf Chefs
Learning The World Cuisine
2021-1-DE02-KA220-VET-000034650
www.silentchefs.org



**Co-funded by
the European Union**

- Os produtos de limpeza, os agentes de limpeza e os desinfetantes devem ser armazenados em zonas, devidamente, fechadas e bloqueadas, e não nas zonas onde os géneros alimentícios estão presentes,
- Os recipientes e garrafas de produtos de limpeza e desinfetantes devem ser claramente marcados.

