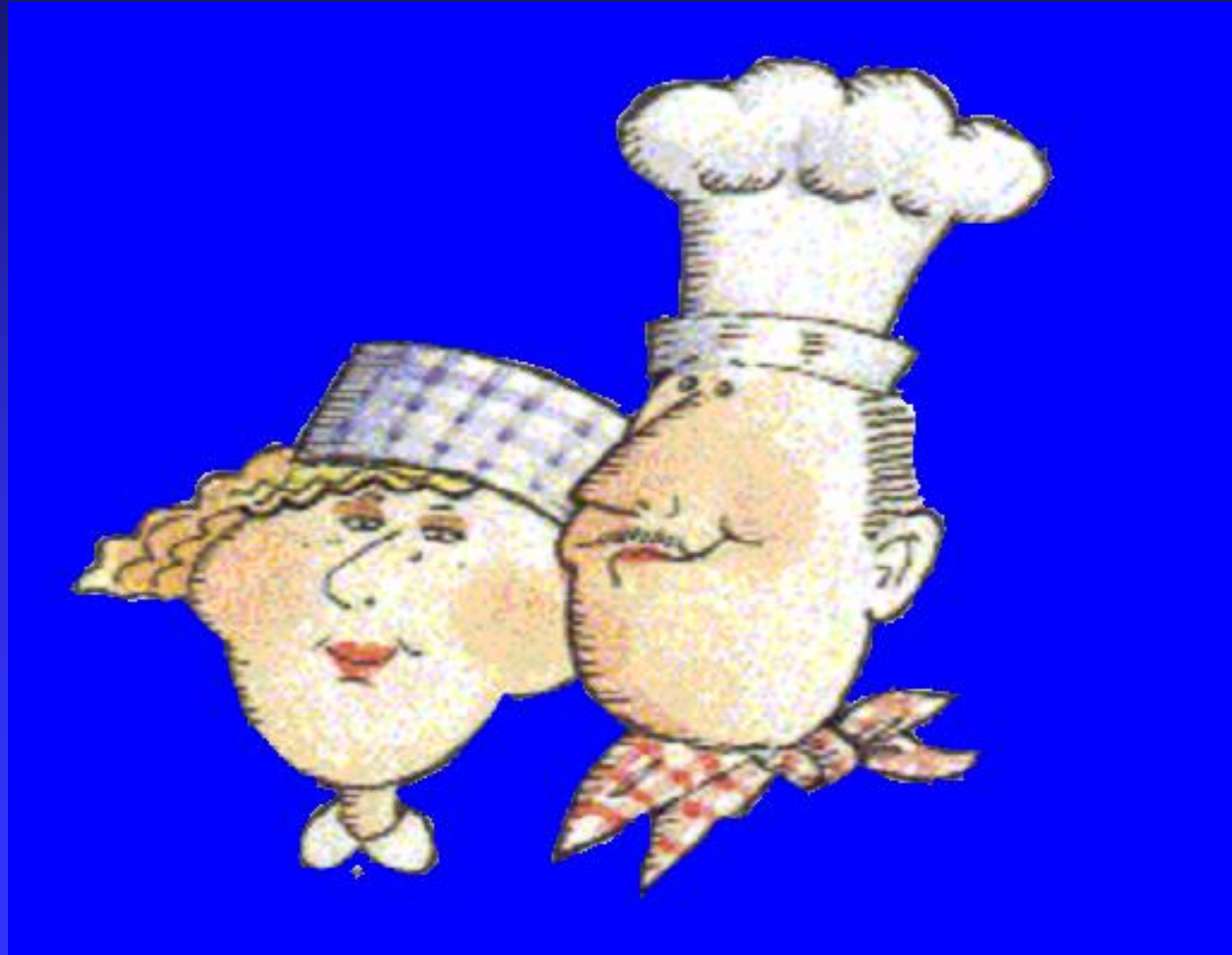


HIGIENE DO MANIPULADOR DE ALIMENTOS



2. HIGIENE DO MANIPULADOR

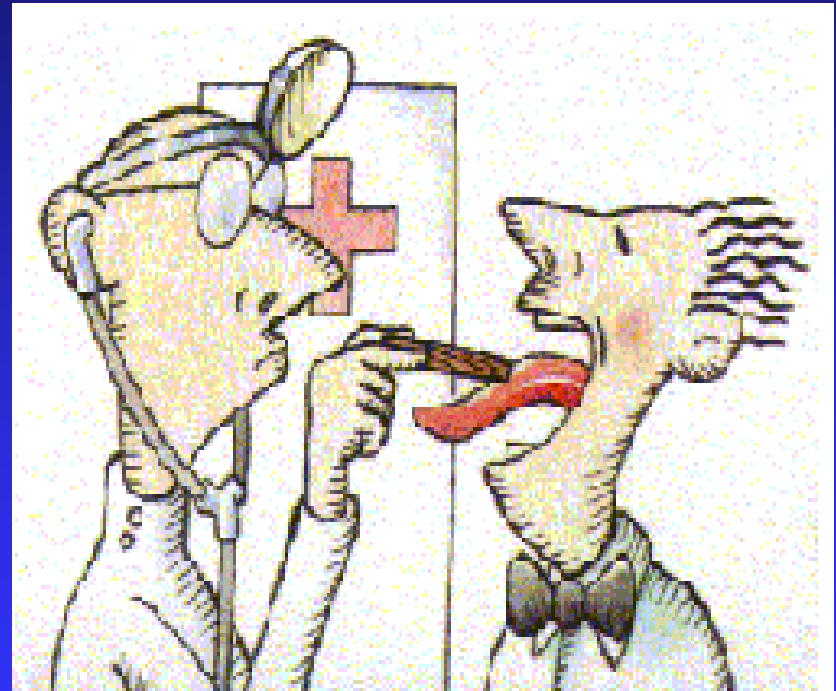
O principal responsável dos casos de intoxicação é quase sempre o Homem. As intoxicações alimentares são causadas, quase sempre, por não se seguir as boas práticas de higiene. Deste modo, surge a necessidade de se alertar para alguns cuidados.

CONCEITO DE HIGIENE:

- O manipulador deve cumprir uma série de regras que lhe permitam conservar a sua saúde, protegendo-o de doenças que o possam afectar e que lhe podem ser transmitidas por animais, por alimentos contaminados ou pelo meio ambiente.

HIGIENE DO MANIPULADOR

- Todas as pessoas que contactam com alimentos devem efectuar exame médico completo no início da sua actividade profissional, uma vez por ano e sempre que haja razões para tal.



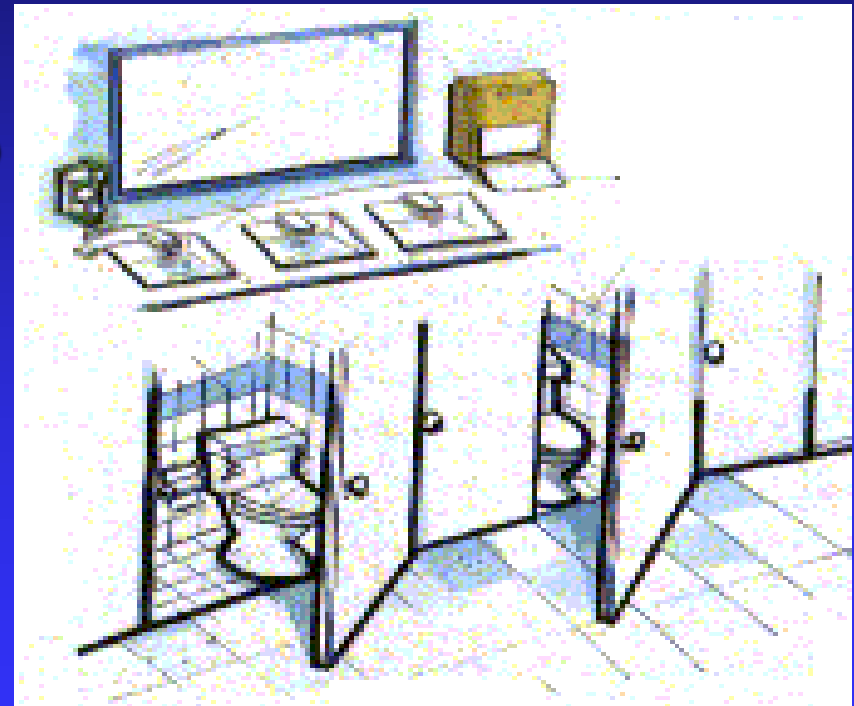
HIGIENE DO MANIPULADOR

Ter em atenção que certas doenças (vómitos, diarreias, febre, tosse, lesões de pele, feridas infectadas, entre outras) podem contaminar os alimentos e justificar o afastamento temporário do manipulador da sua função ou do local de trabalho.



HIGIENE DO MANIPULADOR

Os manipuladores de alimentos deverão ter ao seu dispor instalações sociais, nomeadamente, instalações sanitárias equipadas com zonas de duche e zonas de vestiários.



HIGIENE DO MANIPULADOR

- O vestuário e calçado do dia a dia são portadores de sujeira, pelo que deverão ser substituídos por outros, próprios para as funções que o manipulador vai desempenhar.



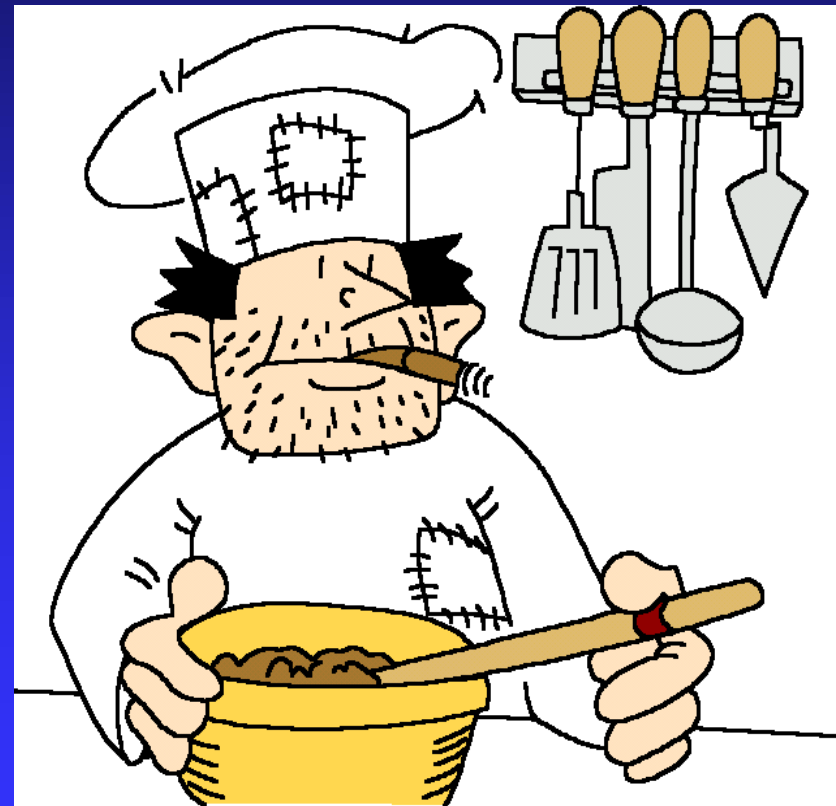
HIGIENE DO MANIPULADOR

- Usar vestuário adequado e limpo: farda e avental de cores claras;
- Usar touca ou barrete a cobrir totalmente os cabelos, sem deixar qualquer parte desprotegida;
- Usar sapatos fechados e antiderrapantes;



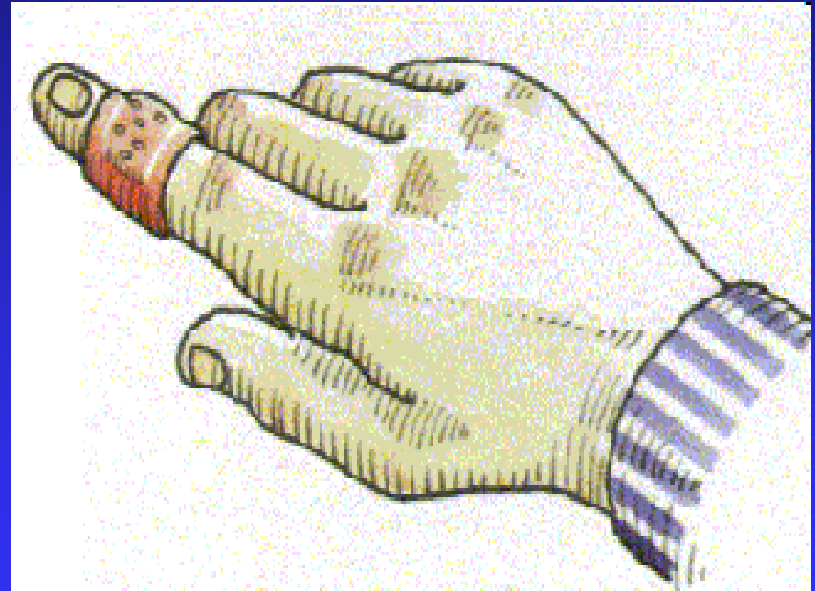
HIGIENE DO MANIPULADOR

- Não fumar nem comer enquanto prepara alimentos;
- Evitar levar os dedos ao nariz, boca, cabelo ou qualquer outra parte do corpo;



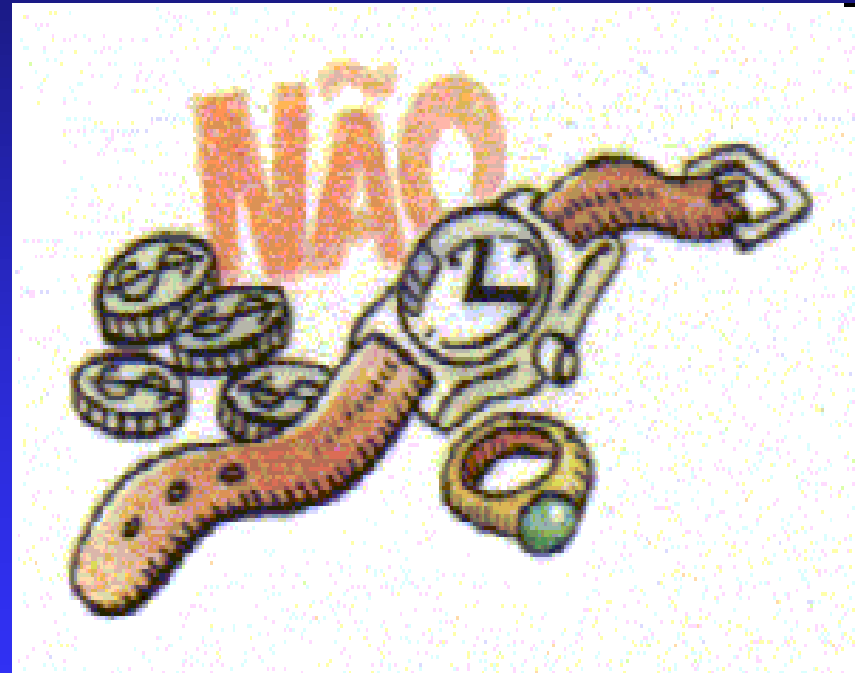
HIGIENE DO MANIPULADOR

- Usar pensos coloridos sobre as feridas, cortes ou queimaduras;
- Manter as unhas curtas e limpas sem verniz;



HIGIENE DO MANIPULADOR

- Não use nos locais de trabalho jóias ou adornos;
- Evitar o uso de perfumes e maquilhagem.



HIGIENE DO MANIPULADOR

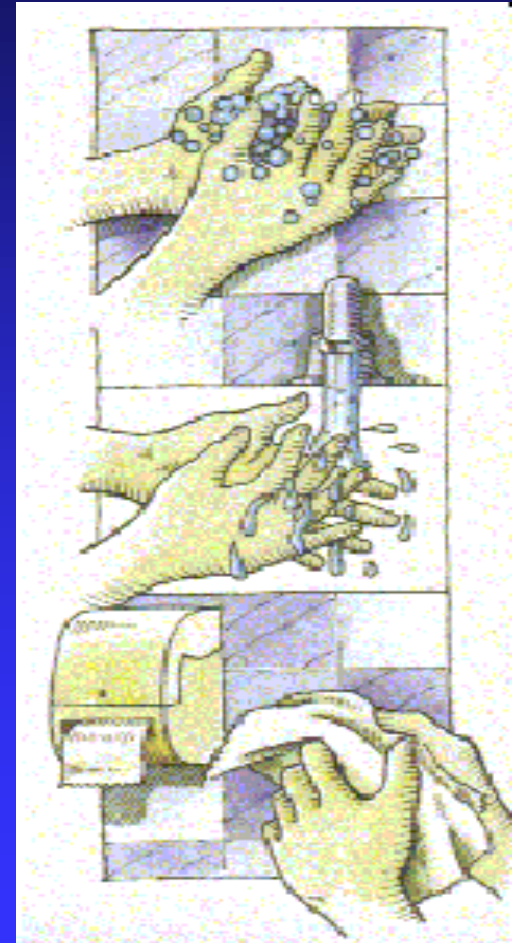
- As mãos são os principais transportadores de micróbios para os alimentos, por isso merecem atenção especial !!!



HIGIENE DO MANIPULADOR

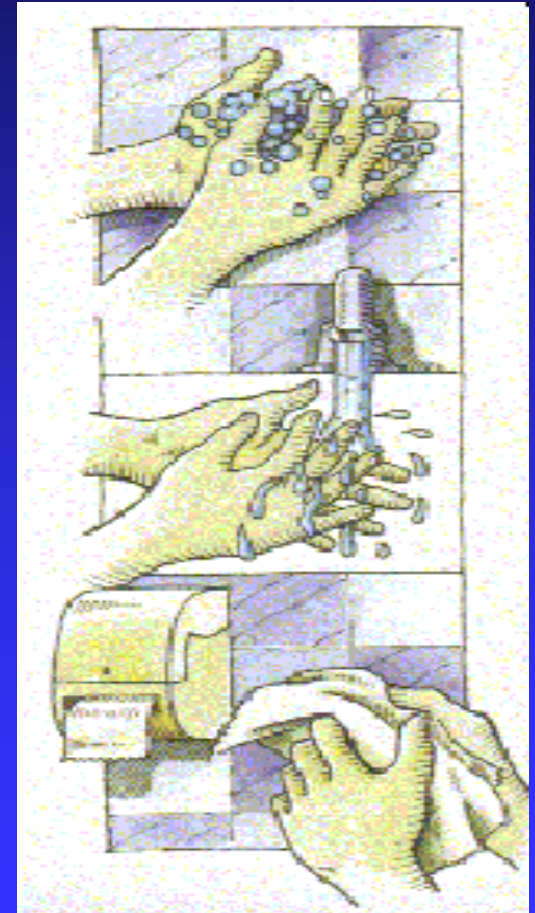
Como lavar correctamente as suas mãos?

- Molhar bem as **mãos e antebraços** e usar sabonete líquido;
- Esfregar bem as mãos (tendo em atenção os espaços entre os dedos) e antebraços;
- Usar escova (nylon) para escovar bem as unhas;



HIGIENE DO MANIPULADOR

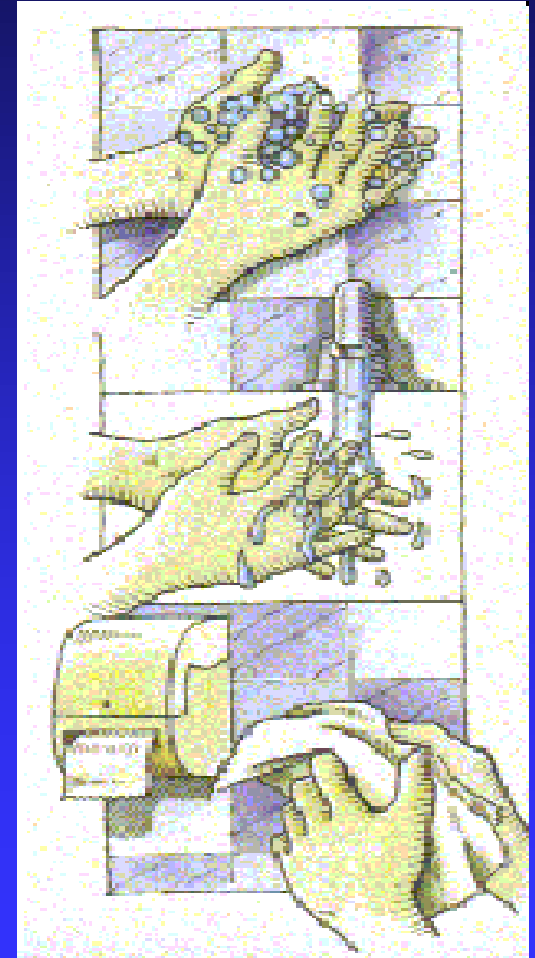
- Passar as mãos por água corrente para eliminar todo o sabão;
- Usar solução desinfectante própria para as mãos;
- Secar com toalhetes de papel de utilização individual (ou secador automático).



HIGIENE DO MANIPULADOR

Lave as suas mãos,
sempre que:

- ◆ Entrar numa área de manipulação de alimentos,
- ◆ Em cada fase de transformação culinária,
- ◆ Contactar com desperdícios,



HIGIENE DO MANIPULADOR

- ◆ Assoar o nariz;
- ◆ Utilizar os sanitários;
- ◆ Antes e depois de comer;
- ◆ Depois de mexer no cabelo, olhos ou outra parte do corpo;
- ◆ Sempre que considerar necessário.



NÃO SE ESQUEÇA:

O pessoal deve manter um elevado nível de **HIGIENE PESSOAL** e **BONS HÁBITOS DE HIGIENE** durante todo o seu período de trabalho.



Bons Hábitos

1. Pegar nos garfos, colheres e facas, sempre pelos cabos;
2. Não pegar nos copos, taças ou chávenas, pelos bordos e muito menos colocar os dedos no seu interior;
3. Não soprar para os copos, se for necessário poli-los, usar toalhas macias descartáveis;

Bons Hábitos

4. Não tocar com os dedos no interior dos pratos onde vão ser servidos os alimentos;
5. Usar pinças para manipular alimentos e não as mãos. No caso de o empratamento ser efectuado manualmente, deve usar luvas descartáveis;
6. Usar colher para provar os alimentos lavando-a de seguida, nunca provar os alimentos com o dedo.

EQUIPAMENTO DE 1.ºS SOCORROS



- ▶ Todo o pessoal deverá saber manipular os extintores que deverão estar em local acessível e adequado.

- ▶ Todo o pessoal deverá ter formação em 1.ºs socorros (ex.: no caso de uma criança se engasgar).

