



CARTILHA DE

BOAS PRÁTICAS

Duque de
Caxias



Novembro, 2024.



UFRJ
UNIVERSIDADE FEDERAL
DO RIO DE JANEIRO



**DUQUE
DE CAXIAS**
PREFEITURA

O QUE CAUSAM AS DOENÇAS TRANSMITIDAS POR ALIMENTOS? (DTA)

Alimentos ou água **contaminados**.

TIPOS DE CONTAMINAÇÃO

Perigo Físico

Objetos que não deveriam estar nos alimentos.



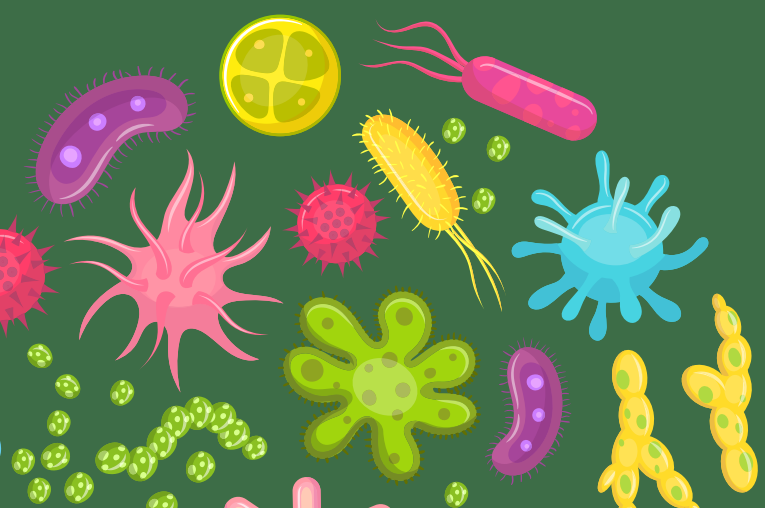
Substâncias químicas que acidentalmente contaminam alimentos.

Perigo Químico



Perigo Biológico

Microrganismos, como bactérias, vírus e fungos, que se multiplicam nos alimentos e causam doenças.



EXEMPLOS DE PERIGOS

PERIGO FÍSICO

- Pedacos de vidro;
- Pedacos de metal;
- Pedacos de plástico;
- Pregos e parafusos;
- Madeira;
- Anéis, brincos e piercings.



PERIGO QUÍMICO

- Pesticidas ou agrotóxicos usados em plantações;
- Excesso de sanitizantes para higienizar hortifruti;
- Resíduos de produtos de limpeza que ficaram nos utensílios culinários sem enxague adequado;
- Peixes que vivem em águas poluídas e absorveram metais pesados;
- Inseticidas domésticos e veneno para rato.

EXEMPLOS DE PERIGOS

PERIGO BIOLÓGICO



- Falta de higiene do manipulador (mãos sujas, cortes infeccionados, etc.);
- Manipulação inadequada de alimentos crus;
- Deixar os ingredientes perecíveis (que estragam rápido) fora da geladeira ou congelador;
- Deixar alimentos prontos em temperatura (frio ou quente) e tempo inadequados;
- Desligar freezers e geladeiras em algum momento do dia para “economizar energia”;
- Contaminação cruzada (manipular alimentos crus e cozidos com a mesma tábua e faca, sem lavar os utensílios e bancadas entre os preparos);
- Descongelar alimentos de origem animal em temperatura ambiente ou embaixo d'água.



OS SINTOMAS DAS DTA INCLUEM:



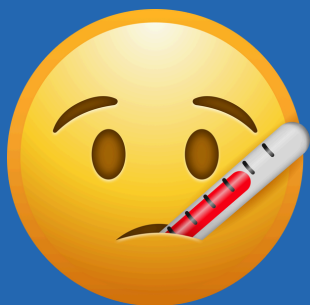
- vômitos e enjoos

- diarreia



- dores abdominais

- febre



- outros sintomas
gastrointestinais



ATENÇÃO



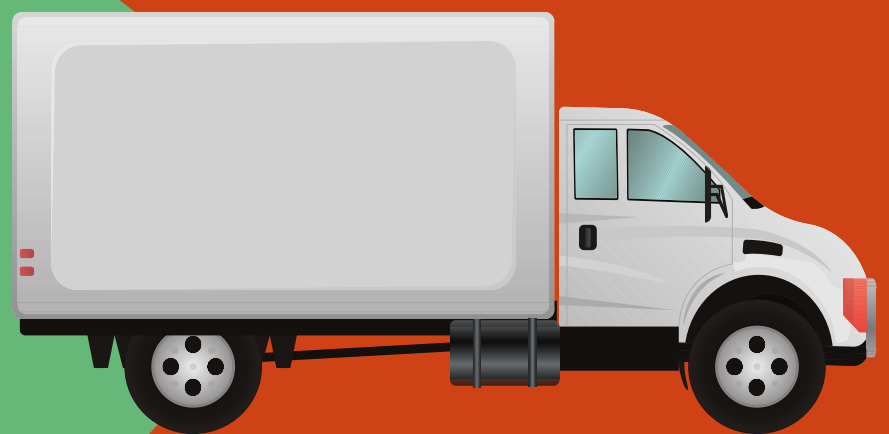
OS GRUPO DE PESSOAS MAIS
VULNERÁVEIS, COMO
CRIANÇAS E IDOSOS, PODEM
VIR À ÓBITO POR COMEREM
ALIMENTOS **CONTAMINADOS**
OU INADEQUADOS AO
CONSUMO!!!

COMO A CONTAMINAÇÃO PODE OCORRER?

Durante os seguintes processos:

PRODUÇÃO

No transporte, no recebimento e no armazenamento.



MANIPULAÇÃO

Durante o pré-preparo, o preparo, o envase, o empratamento e a manutenção.

DISTRIBUIÇÃO DE ALIMENTOS

Seja no serviço de buffet, na estufa, no delivery ou na quentinha.



O QUE É E PARA QUE SERVEM AS BOAS PRÁTICAS?



SÃO PROCEDIMENTOS ESTABELECIDOS PARA GARANTIR A QUALIDADE HIGIÊNICO-SANITÁRIA E A CONFORMIDADE DOS ALIMENTOS COM A LEGISLAÇÃO VIGENTE.



DIRETRIZES

A partir de agora,
mostraremos algumas das
principais **diretrizes** das
Boas Práticas para
produção de alimentos:



***Edificações,
Instalações,
Equipamentos,
Móveis e
Utensílios***

As edificações e instalações devem estar íntegras, sem azulejos quebrados e sem canos com vazamentos.

Pisos, paredes e teto precisam ser de revestimento liso, impermeável e lavável, sem descascar e sem rachaduras, isentos de mofo e infiltrações.

É importante ter iluminação adequada e conforto térmico, ralos abre-e-fecha conectados ao sistema de esgoto, caixa de gordura com manutenção adequada, água corrente e potável, e telas de proteção contra vetores e pragas.

A **caixa d'água** deve ser revestida de materiais que não comprometam a qualidade da água, livre de rachaduras, vazamentos, infiltrações, descascamentos e em adequado estado de higiene e conservação, devendo estar tampada. A caixa d'água deve ser limpa a cada seis meses, e é preciso guardar o documento que registra a operação.



O **descarte dos alimentos e embalagens** deve ser feito em lixeira com tampa acionada sem contato manual, e o fluxo da retirada do lixo não deve cruzar com o da produção.

Os **equipamentos** devem ser mantidos limpos, em boas condições de funcionamento e projetados de forma a minimizar o risco de contaminação dos alimentos.



Os equipamentos, móveis e utensílios que entram em contato com alimentos devem ser de materiais que não transmitam substâncias tóxicas, odores, nem sabores, como aço inox, vidro e polietileno ou polipropileno.



Os equipamentos, móveis e utensílios devem ser resistentes e mantidos em adequado estado de conservação.



A manutenção dos equipamentos e utensílios, inclusive a calibração dos instrumentos ou equipamentos de medição, deve ser feita de forma periódica, mantendo registro dessas operações.

Instalações sanitárias:



Os banheiros devem estar localizados em áreas de fácil acesso, mas separados das áreas de produção de alimentos, estoque, ou qualquer área onde haja alguma etapa de produção para evitar a contaminação.

As instalações sanitárias devem ser projetadas para facilitar a limpeza e prevenir o acúmulo de sujeira e umidade, usando no piso e paredes materiais não porosos e laváveis, como piso de cerâmica de alta resistência, azulejos para revestimento, aço inoxidável.



Instalações sanitárias:

Cada banheiro deve ser equipado com lavatórios, vasos sanitários, papel higiênico, sabonete líquido, toalhas de papel descartáveis e lixeiras com tampa acionada sem contato manual.

Os lavatórios devem dispor de sabonete líquido inodoro antisséptico ou sabonete líquido inodoro e álcool 70%, toalha de papel não reciclado e água corrente abundante. A torneira do lavatório, preferencialmente, deve ter acionamento que impeça o contato manual.

Instalações sanitárias:



Os banheiros devem ser adequadamente ventilados para promover a circulação de ar fresco e prevenir o acúmulo de odores e umidade.

É essencial realizar manutenção regular das instalações sanitárias para garantir que estejam sempre em condições adequadas de funcionamento, devendo ser limpas no mínimo uma vez ao dia com detergente e solução clorada, tal como as demais áreas.

Vazamentos, entupimentos ou qualquer outro problema devem ser corrigidos imediatamente para evitar interrupções no uso e potenciais riscos à saúde.

CONTROLE DE PRAGAS

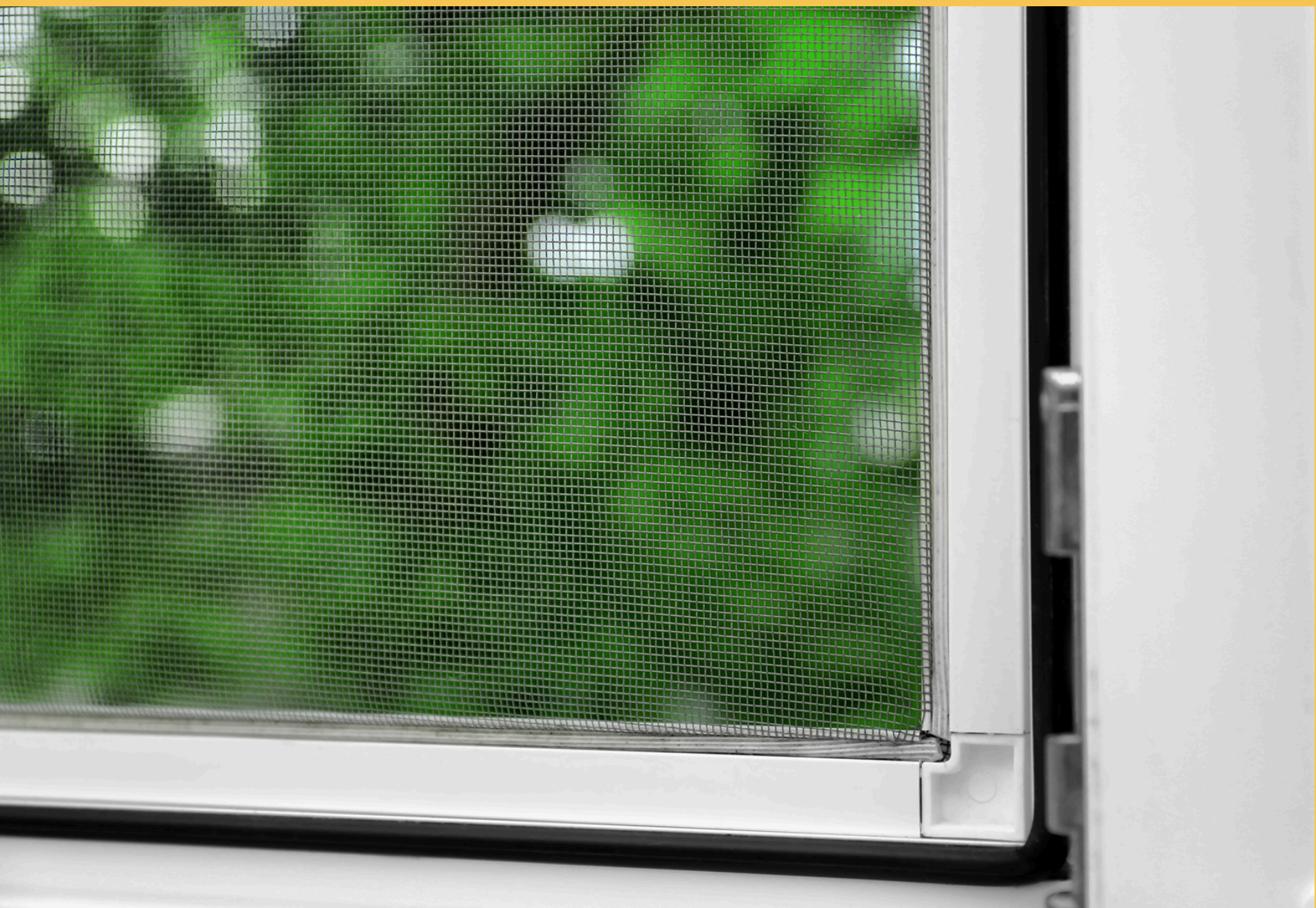


Medidas devem ser implementadas para prevenir e controlar pragas, como insetos e roedores. O controle químico deve ser realizado por empresa especializada, conforme legislação específica, com produtos regularizados pelo Ministério da Saúde.

As entradas da área de preparação e armazenamento de alimentos devem conter portas de fechamento automático, adequadas aos batentes, sem frestas e mantidas fechadas.

CONTROLE DE PRAGAS

Todas as janelas e demais aberturas para áreas externas, inclusive o sistema de exaustão, devem ser equipados de telas milimetradas para impedir o acesso de vetores e pragas urbanas. As telas devem ser removíveis para facilitar a limpeza periódica.



CONTROLE DE PRAGAS



O lixo deve ser frequentemente coletado e estocado em local fechado e isolado da área da cozinha. É preciso ter lixeiras identificadas e íntegras, e que sejam de fácil higienização e transporte, com tampas acionadas sem o contato manual. Elas precisam ser em número suficiente para não haver o acúmulo e transbordamento de resíduos.

Higiene e Treinamento de Manipuladores

**Todos os funcionários devem
ser devidamente capacitados
em Boas Práticas de forma
periódica e comprovada
mediante documentação.**



**Todos os manipuladores
devem cuidar da higiene pessoal,
como lavar as mãos regularmente,
especialmente depois de usar o
banheiro, quando chegar no
trabalho e quando trocar de tarefa.**



**É preciso que os
manipuladores estejam sempre
asseados, com as unhas
cortadas, sem barba e bigode,
sem esmaltes e unhas de acrígel.**

**Todos os manipuladores
devem usar uniformes limpos, com
toucas, aventais e sapatos fechados,
e equipamentos de proteção
adequados quando necessário.**



**Os funcionários que estiverem
doentes ou com cortes nas
mãos devem ser afastados de
suas funções.**



**Todos os visitantes devem
cumprir os mesmos requisitos
de higiene e segurança
exigidos aos manipuladores.**



Controle de Matérias-Primas, Ingredientes e Embalagens:



Deve haver um controle rigoroso sobre a qualidade e origem das matérias-primas usadas na produção de alimentos, garantindo que elas estejam livres de contaminação e atendam aos padrões de qualidade.



Controle de Matérias-Primas, Ingredientes e Embalagens:



- As matérias-primas, os ingredientes e as embalagens devem ser armazenados em local limpo e organizado, sobre paletes ou estrados, e/ou prateleiras distantes das paredes, de forma a garantir proteção contra contaminantes com adequada ventilação e limpeza do local.



- Os paletes ou estrados e/ou prateleiras devem ser de material liso, resistente, impermeável e lavável e ficarem distantes do chão.

Controle de Matérias-Primas, Ingredientes e Embalagens:



As embalagens devem sempre informar o prazo de validade, estarem íntegras e intactas.

As matérias-primas, os ingredientes e as embalagens devem ser submetidos à inspeção e aprovados na recepção.



A temperatura das matérias-primas e de ingredientes que necessitam de condições especiais de conservação deve ser verificada nas etapas de recepção e de armazenamento.



Controle de Matérias-Primas, Ingredientes e Embalagens:

Os lotes das matérias-primas, dos ingredientes ou das embalagens reprovados ou com prazos de validade vencidos devem ser imediatamente devolvidos ao fornecedor e, na impossibilidade, devem ser devidamente identificados e armazenados separadamente até a destinação final.



As matérias-primas e ingredientes devem ser utilizados na ordem de entrada deles, dando prioridade aos que estão no estoque há mais tempo.

Controle de Matérias-Primas, Ingredientes e Embalagens:

Deve ser possível rastrear a origem de todos os ingredientes e produtos em todas as etapas da produção, permitindo a identificação rápida de problemas em caso de contaminação – isso pode ser feito guardando ou anotando o **SIF** (Sistema de Inspeção Federal) e as informações de identificação da matéria prima, fabricante, validade e lote.

Rastreabilidade no Brasil

Principais regras em vigor

■ Lei nº 12.097 (24/11/2009)

Regulamenta a rastreabilidade nas cadeias de carnes de bovinos e de búfalos

■ RDC Anvisa, nº 24 (8/07/2015)

Estabelece ações de recolhimento de alimentos em caso de risco à saúde da população

■ INC Anvisa/DAS, nº 2 (7/02/2018)

Regulamenta o controle de resíduos de agrotóxicos na cadeia de vegetais frescos

■ IN nº 9 (21/05/2019)

Rege a adequação ao Cadastro Geral de Classificação (CGC) do Ministério da Agricultura

■ IN nº 19 (7/08/2019)

Detalha regras de Certificação Sanitária Internacional

■ IN nº 23 (25/03/2020)

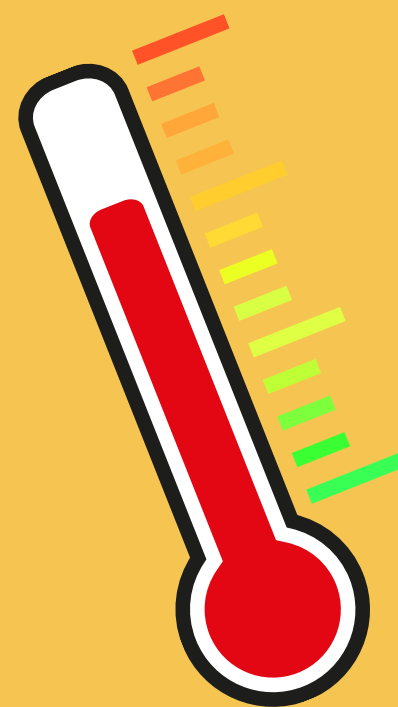
Regulamento técnico do Mercosul sobre as condições higiênicas e sanitárias e de boas práticas de fabricação de industrializados

Fonte: Embrapa



Preparação do Alimento e Controle de Processos:

O controle de temperatura (de equipamentos e dos alimentos - tanto matérias-primas quanto no momento do cozimento) e do tempo são importantes para reduzir os riscos.



A estrutura da cozinha, como o número de funcionários, equipamentos, móveis e ou utensílios, deve ser compatível com o volume de vendas para garantir a qualidade dos alimentos.



Durante a preparação dos alimentos, deve ser evitado o contato direto ou indireto entre alimentos crus, semi-preparados e prontos para o consumo a fim de minimizar o risco de contaminação cruzada.

Preparação do Alimento e Controle de Processos:

Os funcionários que manipulam alimentos crus devem realizar a lavagem das mãos antes de manusear alimentos preparados e a higienização dos utensílios e equipamentos.



As matérias-primas e os ingredientes perecíveis devem ser expostos à temperatura ambiente somente pelo tempo mínimo necessário para a preparação do alimento, a fim de não comprometer a qualidade higiênico-sanitária do alimento preparado.



Os ingredientes abertos e não usados totalmente no pré-preparo devem ser guardados em embalagens fechadas e etiquetados com as seguintes informações: produto, data de fracionamento e prazo de validade após a retirada da embalagem original.



Preparação do Alimento e Controle de Processos:

Os alimentos a serem consumidos crus devem ser higienizados com sanitizantes (regulamentados pelo Ministério da Saúde).



A temperatura que garante a qualidade higiênico-sanitária no preparo é de, no mínimo, 70° C e precisa atingir todas as partes do alimento. Para usar temperaturas inferiores, o controle do tempo precisa ser mais rigoroso.

Os óleos e gorduras utilizados devem ser aquecidos a temperaturas não superiores a 180°C, sendo substituídos imediatamente sempre que houver alteração evidente das características sensoriais, tais como aroma e sabor, e formação intensa de espuma e fumaça.



Preparação do Alimento e Controle de Processos:

Os alimentos congelados devem ser descongelados na geladeira (temperatura inferior a 5°C) desde o dia anterior ou antes (a depender do tamanho da peça), ou diretamente no forno de micro-ondas.



Nenhum alimento deve ser descongelado em água corrente (mesmo que ainda esteja na embalagem), no sol ou mesmo em cima das bancadas em temperatura ambiente – essas são situações de risco muito sérias! Essa situação é ainda pior para produtos cárneos, como frango, peixe, camarão, bovinos e suínos!



Preparação do Alimento e Controle de Processos:

Os alimentos crus descongelados devem ser mantidos sob refrigeração por até 3 dias e não podem ser recongelados. Esses alimentos só podem ser congelados novamente se passarem pela etapa de cozimento.



Armazenamento e Transporte dos Alimentos Preparados



Os alimentos preparados mantidos na área de armazenamento ou aguardando o transporte devem estar identificados e protegidos contra contaminantes.

A etiqueta deve ser colocada em cada embalagem, com identificação do produto, fornecedor, lote, data de preparo e prazo de validade.

A QUALIDADE DO TRANSPORTE É ESSENCIAL



Os meios de transporte do alimento preparado devem estar limpos para garantir a ausência de vetores e pragas, e devem ter cobertura para proteção da carga.

Armazenamento e Transporte dos Alimentos Preparados

A temperatura e o tempo do armazenamento e do transporte do alimento preparado devem ser controlados.



FRIO

Alimentos Congelados - a temperatura deve ser sempre igual ou inferior a -12°C .

Alimentos refrigerados - temperatura entre 0°C e 5°C .

Não há limite de tempo para o transporte, mas o veículo deve contar com sistema de refrigeração adequado e que seja capaz de manter a temperatura do produto durante todo o trajeto.

QUENTE



Alimentos quentes - na produção, transporte, distribuição e consumo, a temperatura não pode ser inferior a 60°C em qualquer uma das etapas, e estas somadas não podem exceder 6 horas.



Exposição ao Consumo do Alimento Preparado

Os alimentos prontos quentes devem ser conservados a temperatura **superior a 60°C** por, no máximo, **6 horas**.

Os alimentos prontos frios, como saladas e sobremesas, devem ser mantidos em temperatura **inferior a 10°C** por, no máximo, **4 horas**.



Os equipamentos de exposição e distribuição devem ter sua temperatura regularmente monitorada.



Exposição ao Consumo do Alimento Preparado

As áreas de consumo dos alimentos preparados devem ser limpas e organizadas, com equipamentos, móveis e utensílios conservados e em número adequado para a atividade.



O equipamento de exposição do alimento deve dispor de barreiras de proteção que previnam a contaminação pela proximidade do consumidor e de outras fontes – como vitrine quente ou frio, estufa, buffet quente com barreira de proteção e banho-maria com tampa.

Exposição ao Consumo do Alimento Preparado



Os funcionários que servem os alimentos devem lavar as mãos com frequência e usar os utensílios adequados para o serviço.



Exposição ao Consumo do Alimento Preparado



Atenção!

O uso de **luvas descartáveis** deve ser feito com cautela - ela deve ser **descartada a cada atividade.**



É mais seguro usar as mãos e lavá-las frequentemente do que usar as luvas de forma inadequada!

Exposição ao Consumo do Alimento Preparado

Pratos, copos e talheres descartáveis devem ser jogados fora após o consumo.



Os não descartáveis devem ser higienizados e guardados em local protegido.

Os ornamentos e plantas localizados na área de consumação ou refeitório não devem constituir fonte de contaminação para os alimentos preparados.



O pagamento deve ser realizado em área própria, e os funcionários que manipulam dinheiro não devem, de forma alguma, manipular alimentos.

Documentação e Registro:



É uma exigência legal que existam registros detalhados de todos os aspectos do processo de produção, incluindo registros de limpeza, controle de qualidade e treinamento de funcionários.



Dentre esses documentos, é necessário que existam o Manual de Boas Práticas e os Procedimentos Operacionais Padronizados (POP), que devem estar acessíveis aos funcionários envolvidos e disponíveis à autoridade sanitária, quando requerido.



Documentação e Registro:



Os POP devem informar todas as atividades envolvidas na operação, a sequência e frequência em que ocorrem. Ao lado de cada atividade, é preciso informar o nome e o cargo da pessoa que irá executá-la e a data em que a atividade ocorrerá.

Esses documentos são aprovados, datados e assinados pelo responsável do estabelecimento.

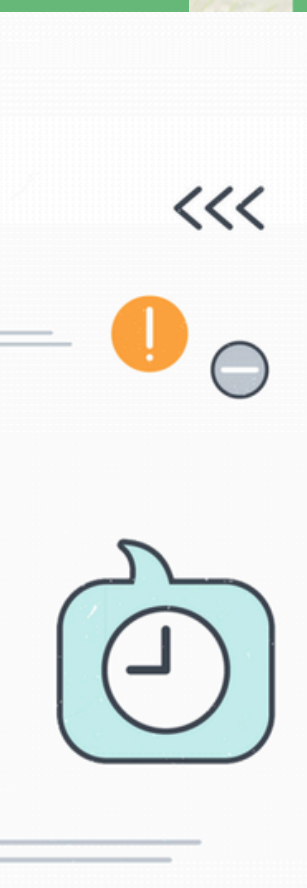
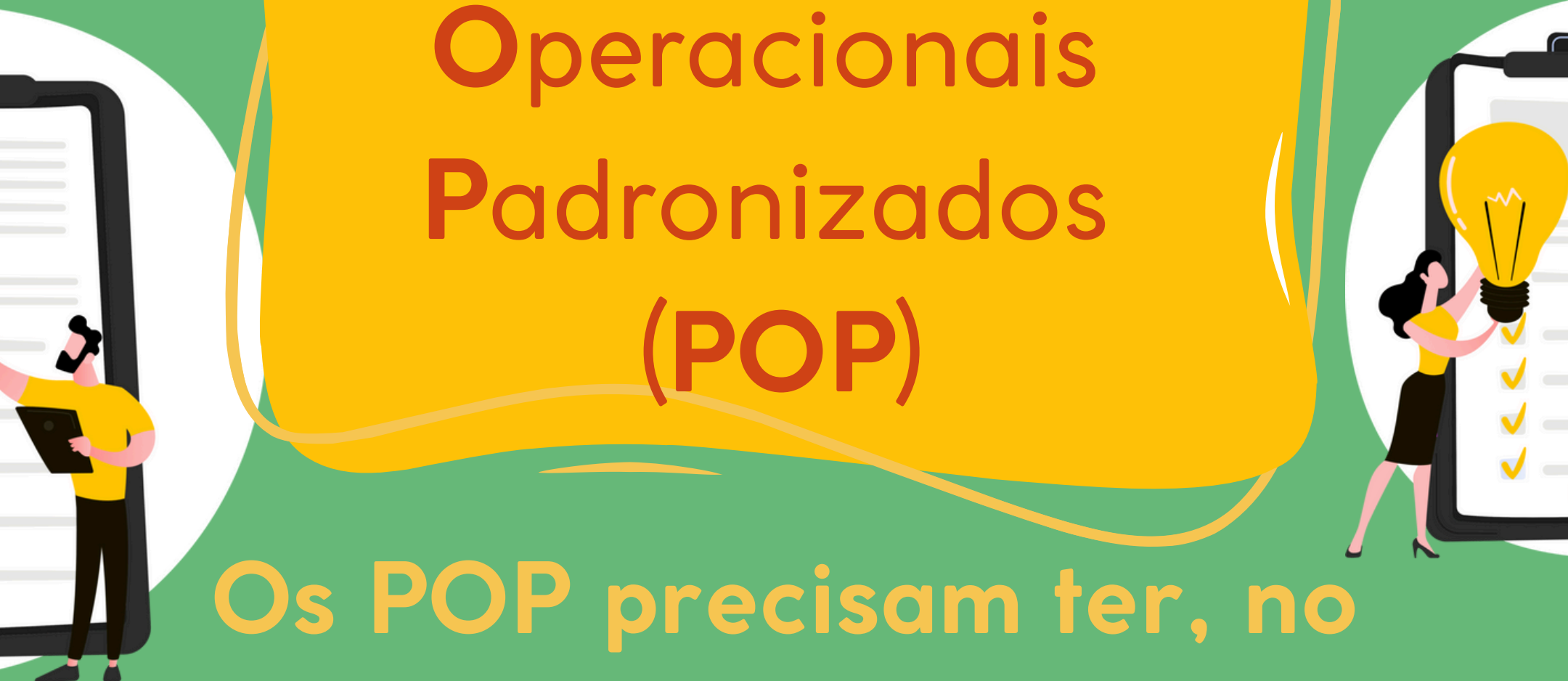


Os registros devem ser mantidos por período mínimo de 30 dias.

Procedimentos Operacionais Padronizados (POP)

Os POP precisam ter, no
mínimo, quatro temas:

- a) Higienização de instalações, equipamentos e móveis;
- b) Controle integrado de vetores e pragas urbanas;
- c) Higienização do reservatório;
- d) Higiene e saúde dos manipuladores.



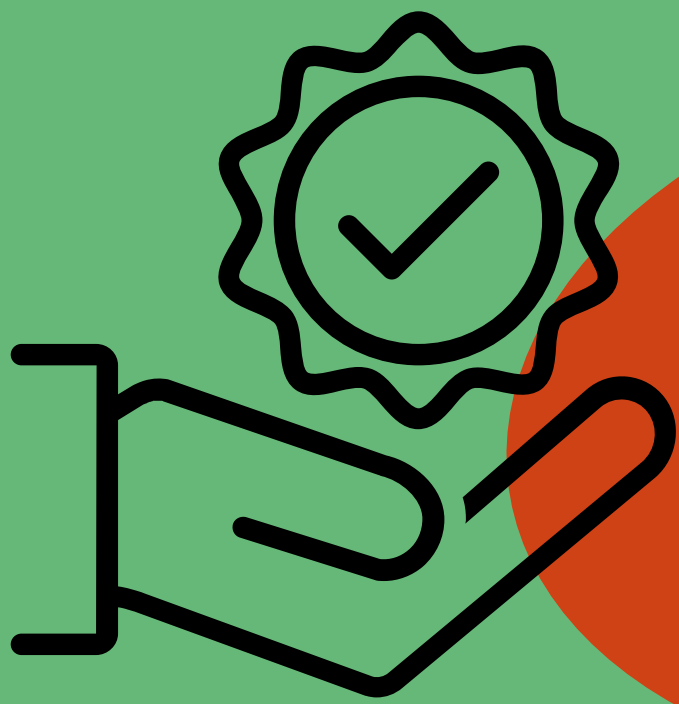


a) Higienização de instalações, equipamentos e móveis;



Esse POP deve conter as seguintes informações:

- natureza da superfície a ser higienizada, método de higienização,
- princípio ativo selecionado e sua concentração,
- tempo de contato dos agentes químicos e ou físicos utilizados na operação de higienização,
- temperatura e outras informações que se fizerem necessárias.
- quando for o caso, o POP deve detalhar como o equipamento é desmontado para que realize a limpeza (exemplo: moedores de carne, fatiador de frios, suqueiras, espremedor de fruta industrial, etc.).



b) Controle integrado de vetores e pragas urbanas;



- Esse POP deve contemplar as medidas preventivas e corretivas destinadas a impedir a atração, o abrigo, o acesso e/ou a proliferação de vetores e pragas urbanas.
- O controle químico deverá ser realizado por empresa especializada inscrita no Instituto Estadual do Ambiente-INEA.
- É preciso guardar o comprovante da realização do serviço, contendo as informações estabelecidas em legislação sanitária específica.

c) Higienização do reservatório;



- Esse POP precisa conter o certificado de execução do serviço realizado pela empresa especializada. Se o serviço for feito por funcionário treinado do estabelecimento, o POP deve conter também o material de limpeza utilizado e o método da higienização. Além do certificado de higienização dos reservatórios de água é preciso apresentar também um Laudo de Potabilidade da água.



- Esse POP precisa informar como os funcionários lavam as mãos (frequência e substâncias usadas, como sabonete líquido inodoro antisséptico ou sabonete líquido inodoro e álcool a 70% e papel toalha de material não reciclado. Além disso, é preciso informar quais medidas serão adotadas nos casos em que os funcionários apresentem lesões nas mãos, ou mesmo quando apresentarem suspeita de estarem doentes ou com algum problema de saúde que possa comprometer a qualidade higiênico-sanitária dos alimentos.
- Todos os laudos médicos, principalmente o exame de fezes, devem ser arquivados. Os funcionários devem ser encaminhados para uma clínica médica credenciada ao Ministério do Trabalho na admissão, demissão e em alterações funcionais, quando couber.

d) Higiene e saúde dos manipuladores.



- Todos os funcionários devem realizar o curso da ANVISA de Boas Práticas de Manipulação em Serviço de Alimentação uma vez por ano, e é preciso guardar os comprovantes de cada funcionário.
- Todos os funcionários devem se apresentar bem asseados, com uniformes e EPI limpos, com unhas curtas e sem esmaltes, bases ou quaisquer outros produtos, a pele livre de lesões, principalmente nas mãos e dedos e os homens sem barba.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária, Brasília. Resolução - RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Brasília. Resolução - RDC nº 275 de 21 de outubro de 2002.



UFRJ
UNIVERSIDADE FEDERAL
DO RIO DE JANEIRO



**DUQUE
DE CAXIAS**
PREFEITURA

CRÉDITOS

Projeto de extensão universitária:
“Experiência de Integração
Universidade e Agricultores
Famíliares do Estado
do Rio de Janeiro”

Professora do Instituto de Nutrição/UFRJ
Silvia Regina Magalhães Couto Garcia

Nutricionistas do DESANS
Daniele Marano
Izabel Cristina Oliveira da Silva Jóia

***Nutricionista da Vigilância Sanitária de
Duque de Caxias***
Gláucia Nunes

Alunos Instituto de Nutrição/UFRJ
Bolsista de extensão
Nathália Vivaqua

Extensionistas
Eros Sá
Letícia Benites
Maria Beatriz S. Branco
Maria Paula Vieira



UFRJ
UNIVERSIDADE FEDERAL
DO RIO DE JANEIRO



**DUQUE
DE CAXIAS**
PREFEITURA

