

HIGIENE PESSOAL / MANIPULADOR

HIGIENE PESSOAL / MANIPULADOR

O CONCEITO DE HIGIENE PESSOAL REFERE-SE AO ESTADO GERAL DE LIMPEZA DO CORPO E DA ROUPA DAS PESSOAS QUE MANIPULAM OS ALIMENTOS.



A primeira medida a tomar para minimizar os riscos de contaminação por parte dos funcionários é a sua **educação/formação em práticas de higiene pessoal.**

HIGIENE PESSOAL / MANIPULADOR

2.º O pessoal referido no número anterior deve manter apurado o estado de asseio, cumprindo cuidadosamente os preceitos elementares de higiene, designadamente:

- a)* Ter as unhas cortadas e limpas e lavar frequentemente as mãos com água e sabão ou soluto detergente apropriado, especialmente após as refeições e sempre que utilize as instalações sanitárias;
- b)* Conservar rigorosamente limpos o vestuário e os utensílios de trabalho;
- c)* Reduzir ao mínimo indispensável o contacto das mãos com os alimentos, evitar tossir sobre eles e não fumar durante o serviço nem cuspir ou expectorar nos locais de trabalho.

HIGIENE PESSOAL / MANIPULADOR

3.º Qualquer elemento do pessoal referido no n.º 1.º que tenha contraído, ou suspeite ter contraído, doença contagiosa ou sofra de doença da pele, doença do aparelho digestivo acompanhada de diarreia, vómitos ou febre, inflamação da garganta, do nariz, dos ouvidos ou dos olhos fica interdito de toda a actividade directamente relacionada com os alimentos e deverá consultar sem demora o seu médico de família ou a autoridade sanitária da respectiva área, e iguais precauções deverá tomar qualquer elemento do mesmo pessoal que tenha estado em contacto com indivíduos afectados por doenças intestinais diarreicas.

HIGIENE PESSOAL / MANIPULADOR

MÃOS

As mãos são a principal fonte de contaminações dos alimentos, assim estas devem apresentar-se:

- limpas, com unhas curtas, e sem verniz;
- não usar adornos, anéis e ou alianças.

HIGIENE PESSOAL / MANIPULADOR

MÃOS – QUANDO LAVAR??



Depois de usar os sanitários



Depois de tossir, espirrar ou assoar



Depois de fumar, comer ou beber



Depois de mudar de tarefa



Depois de manipular alimentos crus



Antes do Empratamento



Após manipulação de sacos/caixotes do lixo



Após utilizar produtos de limpeza

HIGIENE PESSOAL / MANIPULADOR

PROCEDIMENTO PARA LAVAGEM DE MÃOS

- Molhar muito bem as mãos e antebraços com água corrente, quente e potável;
- Ensaboar bem as mãos com o sabão líquido detergente/desinfetante, lavando bem os espaços interdigitais, as palmas das mãos, os polegares e os antebraços;
- Passar com água corrente quente
- Secar com papel descartável

HIGIENE PESSOAL / MANIPULADOR

HIGIENE DAS MÃOS

Para se cumprirem estas regras de higiene pessoal é necessário que as instalações sanitárias e locais de lavagem de mãos estejam sempre equipados com:

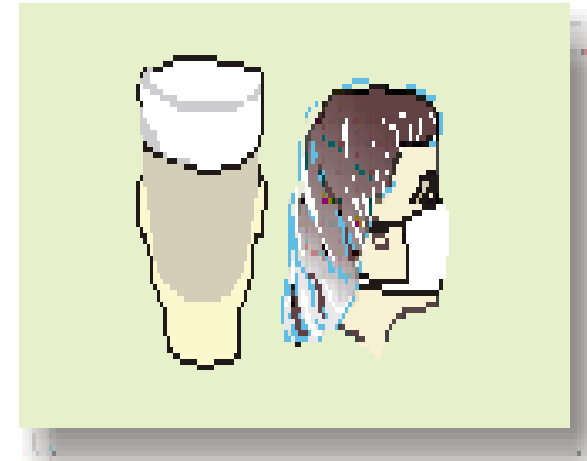
- Sabão líquido bactericida
- Torneiras sejam de comando não manual
- Escova de unhas individual
- Toalhetes de papel e recipiente movido por pedal para colocar o lixo

HIGIENE PESSOAL / MANIPULADOR

ASSEIO PESSOAL

Cabelos

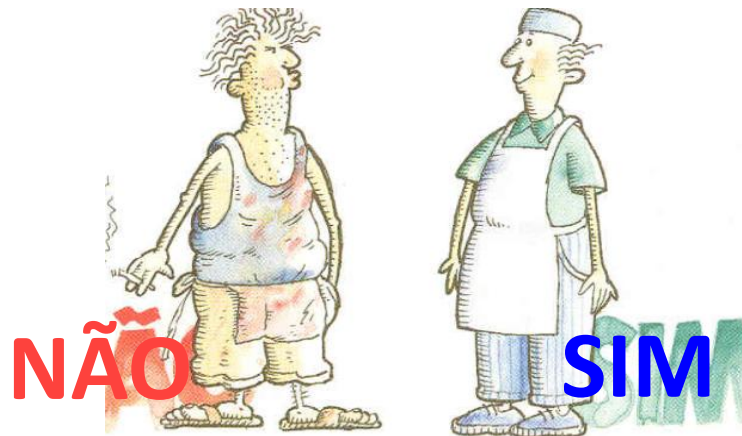
- curtos;
- lavados;
- penteados e cobertos para quem trabalhe nas zonas de preparação, confecção, lavagem e distribuição;



HIGIENE PESSOAL / MANIPULADOR

FARDAMENTO

- uso de farda adequada e de preferência de cor clara;
- em bom estado de asseio;
- uso exclusivo nos locais de trabalho;
- uso de calçado adequado.



HIGIENE PESSOAL / MANIPULADOR

COMPORTAMENTO PESSOAL

Na zona de armazenamento e manipulação de alimentos é proibido:

- Fumar;
- Comer;
- Mascar pastilha elástica;
- Tomar ou guardar medicamentos;
- Mexer na cabeça, nariz ou boca;
- Tossir, espirrar sobre os alimentos ou superfícies de trabalho;
- Limpar as mãos ao avental ou farda de trabalho.

HIGIENE PESSOAL / MANIPULADOR

CORRECTA UTILIZAÇÃO DE LUVAS DESCARTAVEIS

Não dispensa que antes de serem calçadas, as mãos não tenham de ser correctamente higienizadas.

As luvas devem utilizar-se:

- Em alimentos que não voltam a ser confeccionados e sem interrupção;
- Se houver alguma interrupção, o manipulador ao reiniciar a tarefa tem que proceder novamente à higienização das mãos e colocar luvas novas;
- Quando aplicável como protecção de ferimentos e infecções das mãos;
- Usadas no corte/preparação de alimentos confeccionados e prontos a consumir



HIGIENE PESSOAL / MANIPULADOR

ESTADO DE SAÚDE

Os manipuladores com feridas não podem manipular directamente os alimentos.

As feridas, mesmo quando tapadas com adesivos, são grandes fontes de contaminação.



Caso se verifique que a ferida, pústula ou queimadura não apresenta um risco para a saúde do consumidor, esta tem de ser protegida com pensos estanques de cor viva (para se detectarem facilmente se caírem) e impermeáveis. Devem-se usar luvas para impedirem a contaminação dos alimentos.