COZINHEIRO

SUMÁRIO

1-	CARDÁPIO DENTRO DAS DIRETRIZES DE UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL	3
2-	SERVIÇOS DE ALIMENTAÇÃO	8
3-	HIGIENE DO LOCAL E DOS UTENSÍLIOS DE TRABALHO	13
4-	REPOSIÇÃO DE ESTOQUE DE ALIMENTOS E DE UTENSÍLIOS	20
5-	NORMAS E INSTRUÇÕES ESTABELECIDAS	27

REFERÊNCIAS

1- CARDÁPIO DENTRO DAS DIRETRIZES DE UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Para fazer uma alimentação saudável para emagrecer definitivamente, é necessário aprender pequenas dicas como reduzir o tamanho do pão e sempre usar recheios como ovo, queijo ou frango para aumentar o teor de proteínas e dar mais saciedade.
Essas dicas vão servir para dar liberdade na dieta, sendo possível comer de tudo um pouco sem engordar, pois a alimentação vai estar em equilíbrio. Veja a seguir como preparar refeições saudáveis para emagrecer:

1. A base do almoço e do jantar são os vegetais

Os vegetais sempre devem a porção principal do almoço e do jantar, pois eles darão mais saciedade às custas de poucas calorias, ajudando a perder peso.
Além disso, eles são ricos em fibras, vitaminas e minerais, nutrientes que irão trazer benefícios como melhorar o funcionamento do intestino, deixar a flora intestinal mais

saudável e estimular o metabolismo e a desintoxicação do organismo, aumentando a energia e a disposição.

2. Economize no carboidrato

Adicione apenas uma porção pequena de carboidratos, de preferência integrais, em cada refeição, como pães, massas, arroz, farofa, bolos e tapioca. Quando possível, use truques como fazer macarrão de abobrinha ou de palmito pupunha, arroz de couve-flor ou coma apenas a salada e a proteína.

Para os lanches, 1 a 2 fatias de pão integral já é o suficiente, pois ela vai estar acompanhada de proteínas como ovo, queijo ou frango, como explica a dica número 3. No almoço e no jantar, de 3 a 5 colheres de arroz somadas a 2 colheres de feijão também são uma boa quantidade para estimular a perda de peso. Veja 4 substitutos para o arroz e o macarrão na dieta.

3. Os lanches também devem ter proteínas

É muito comum a maior parte das pessoas comer apenas fruta, torradas ou pão com café nos lanches, por exemplo, mas o ideal seria variar mais e trazer proteínas

também para estas refeições, pois elas gastam mais energia para serem digeridas e aumentam a saciedade.

Assim, bons exemplos de lanches são comer pão com 1 ovo e 1 fatia de queijo, tomar iogurte natural integral com algumas castanhas de caju, fazer uma crepioca ou comer 2 a 3 torradinhas com patê de frango ou de atum. Veja 6 lanches ricos em proteínas.

4. Coma azeite, castanhas e sementes diariamente

Esses alimentos são ricos em gorduras boas e ômega-3, que têm ação anti-inflamatório, antioxidante e aumentam a saciedade, ajudando o organismo a funcionar melhor. Nesse grupo também estão incluídos alimentos como abacate, coco, amendoim, amêndoas, pasta de amendoim e nozes.

Para incluí-los na dieta, adicione um fio de azeite no prato do almoço e do jantar e, nos lanches, coma 1 fruta com 5 a 10 castanhas ou com uma colher rasa de pasta de amendoim. Fazer vitaminas de abacate e usar sementes para temperar o ovo, o patê de frango e as saladas também são boas opções.

5. Fruta tem limite, não exagere

Apesar de serem saudáveis, as frutas também têm calorias e são facilmente digeridas, não trazendo tanta saciedade. Assim, ao invés de comer 2 ou 3 frutas em uma só refeição, o melhor é comer 1 fruta com queijo assado, por exemplo, ou 1 fruta com castanhas ou iogurte natural, pois assim adiciona-se gorduras boas e proteínas, deixando a refeição mais nutritiva.

Veja outras dicas com nossa nutricionista:

Cardápio saudável para emagrecer

A tabela a seguir traz o exemplo de um cardápio de 3 dias para emagrecer de forma fácil e saudável:

Refeição	**Dia 1**	**Dia 2**	**Dia 3**
Café da manhã	1 copo de suco de morango sem açúcar + 2 torradas integrais	1 copo de leite batido com 1 colher de sopa de aveia, 5 morangos e	1 fatia de pão integral com queijo e café com leite

	com 2 colheres de sobremesa de patê de frango com ricota e orégano	1 col de sobremesa de pasta de amendoim	sem açúcar
Lanche da manhã	2 fatias de melão + 10 castanhas de caju	1 banana amassada com 1 col rasa de pasta de amendoim	2 fatias de mamão com 1 col de chá de chia
Almoço	3 colheres de sopa de arroz integral com 1 concha pequena de caldo de feijão, 1 filé médio (100 g) de peito de frango grelhado e salada refogada de legumes	3 colheres de sopa de arroz integral misturado meio a meio com milho, tomate-cereja, salsinha picada e agrião refogado à vontade e 1 posta média (100 g) de peixe grelhado	1 colher de servir de macarrão integral com molho de tomate caseiro, 1 lata de atum em água e brócolis refogados, à vontade
Lanche da tarde	1 iogurte natural integral com 1 col de mel e 1 fatia de queijo	1 tapioca com 2,5 col de sopa de goma + 1 ovo frito + café sem açúcar	1 banana frita com 1 ovo e 1 fatia de queijo muçarela

Além disso, para acelerar a perda de peso também é importante praticar atividade física regularmente, além de tomar chás diuréticos e termogênicos, que ajudam na queima de gordura.

2- SERVIÇOS DE ALIMENTAÇÃO

Serviços de alimentação, a cada dia que passa aumenta o número de pessoas que se alimentam fora de casa.

Mesmo em meio a crise que estamos vivendo nestes últimos meses, a alimentação fora do lar deixou de ser lazer e passou a ser rotina do dia a dia dos trabalhadores que trabalham longe de casa e das famílias onde o casal trabalha fora.

Neste cenário atual, muitos serviços de alimentação foram abertos para atender essa demanda de consumidores, que além de apreciarem uma alimentação saborosa, têm se tornado cada vez mais exigentes em relação a higiene e segurança alimentar.

Hoje quero falar com você sobre um os tipos de Serviços de Alimentação começando pelos Restaurantes.

Existem diversos tipos de restaurantes de cozinha árabe, japonesa, italiana, inglesa, francesa, churrascarias, veganos, vegetarianos, de alimentação saudável…

Enfim, para todos os gostos.

Restaurantes

Os restaurantes são um dos tipos de serviços de alimentação que mais requer atenção de um consultor em relação a manipulação.

Com a variedade de preparos que os restaurantes oferecem hoje em dia para atender os mais variados tipos de publico, a quantidade de pré-preparos é muito grande.

São vários tipos de acompanhamentos servidos nestes serviços de alimentação, como: saladas, molhos, carnes, frios, massas… tudo sendo manipulado ao mesmo tempo o que pode expor o consumidor a riscos de contaminação alimentar.

Ao realizar uma consultoria em restaurantes, além de se atentar e realizar as adequações necessárias para o atendimento à legislação, você consultor precisa ficar atento nas etapas de manipulação destes alimentos e de sua forma de armazenamento, para que nada fique exposto á temperatura de risco e nada seja produzido em grandes quantidades para que corra o risco de estragar.

O cuidado com a validade destes alimentos é extremamente importante.

Cuidados com a manipulação de alimentos

Ainda é preciso evitar a **contaminação cruzada**, para isso é preciso estabelecer locais separados para a manipulação de alimentos de origem diferentes, ou se não for possível, estipular horários diferentes para a manipulação destes alimentos, evitando assim que se misturem e contaminem um ao outro.

A sua maior missão em um restaurante será adequar a produção destes alimentos para que estejam o mais frescos possíveis, para serem servidos ao cliente sempre no dia que foi preparado, evitando assim sobras para o dia seguinte.

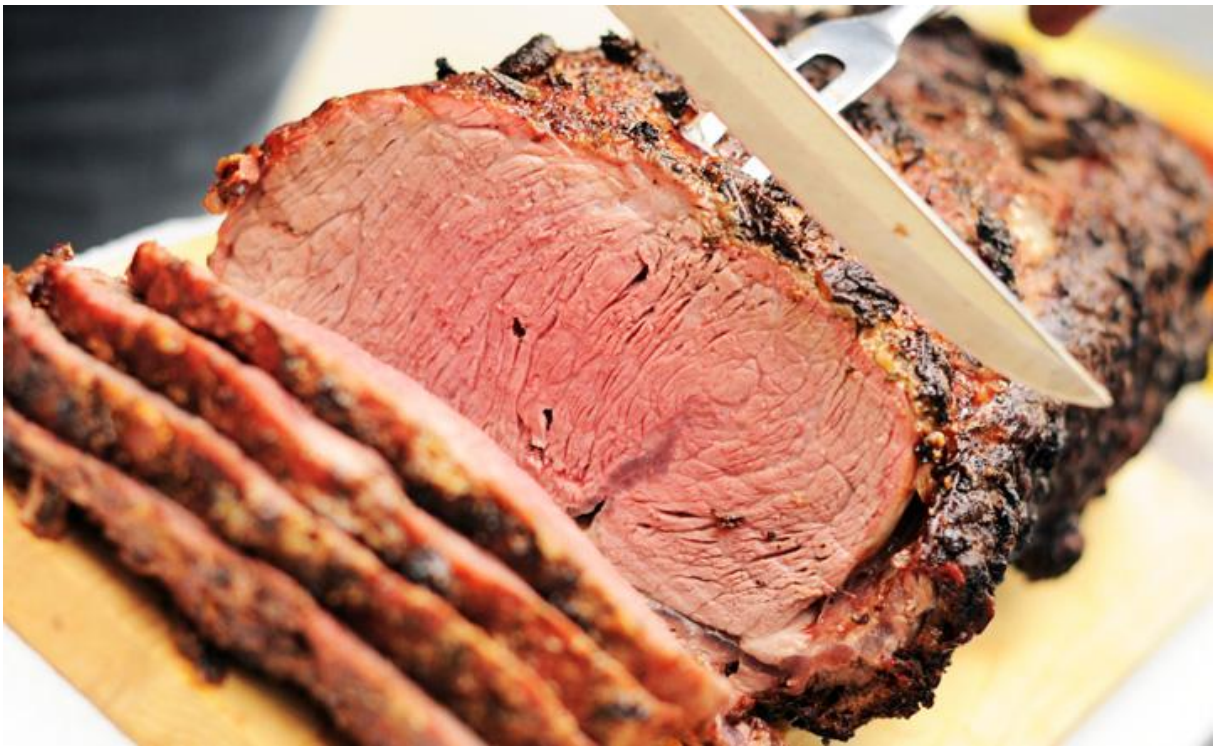
A manipulação ainda deve ser realizada em um ambiente limpo, livre de contaminantes.

Além da etapa de manipulação é muito importante se atentar para a etapa de recebimento das matérias primas, principalmente carnes, que devem chegar nas temperaturas corretas de congelamento (entre -10 a -12°C) ou de resfriamento (até 4°C).

A seguinte etapa é o armazenamento que deve obedecer essas temperaturas para conservar de forma adequada os alimentos, respeitando também a validade de cada produto dentro da sua faixa de temperatura.

Outra etapa extremamente importante nestes serviços de alimentação é o descongelamento de carnes, que deve ser feito com antecedência e sob refrigeração, nunca a temperatura ambiente e também não deve ser feito de forma forçada, com água quente por exemplo, pois esse tipo de procedimento afeta a qualidade da matéria prima.

Por isso o manipulador precisa se programar em relação ao descongelamento necessário para a sua produção diária.



Controle de Pragas em Serviços de Alimentação

Locais que manipulam muitas carnes, como churrascarias, atraem muitos insetos devido ao cheiro desta matéria prima, em relação a isso, você consultor precisa saber realizar o controle de pragas corretivo e preventivo, além de usar de iscas ou equipamentos que impeçam que moscas e outros insetos invadam o ambiente de manipulação e causem contaminações.

Por fim, não se pode esquecer da higiene do ambiente, dos equipamentos e utensílios e principalmente a higiene pessoal do **manipulador**.

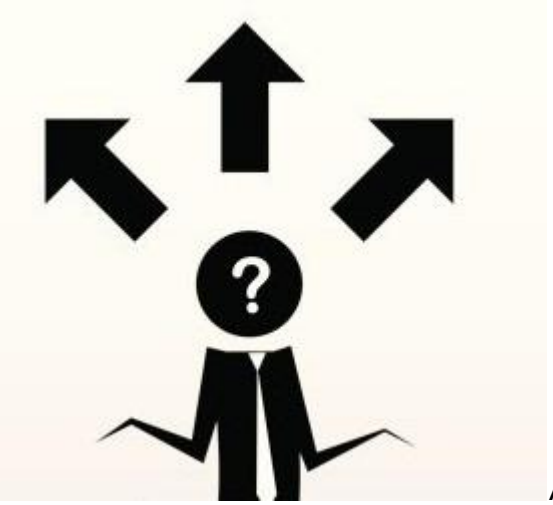
A higiene é uma eficiente arma contra contaminações dos alimentos, protegendo o consumidor de **doenças transmitidas por alimentos**, garantindo assim a sua segurança alimentar.

3- HIGIENE DO LOCAL E DOS UTENSÍLIOS DE TRABALHO

O trabalho do **controle de qualidade em indústrias e serviços de alimentação** envolve muitos detalhes. O profissional deve se preocupar com inúmeras legislações, com os procedimentos que os funcionários estão executando, com temperatura de câmaras e recepção de produtos. Isso só para exemplificar alguns pontos. A verdade é que são tantos os assuntos de nossa responsabilidade que, às vezes, podemos deixar algumas questões importantes de lado.

Você é um profissional da área e sente que, de vez em quando, se perde em tantas responsabilidades e acaba não dando prioridade para aspectos importantes do local onde você trabalha? É bem possível que boa parte dos que estão lendo este artigo digam sim. E não fique desapontado, pois isso é bem normal.

Na verdade isso é uma deficiência que, muitas vezes, vem da graduação. A carga horária de certas matérias pode não ser suficiente para que os professores possam abordar todos os aspectos inerentes à indústria e serviços de alimentação. Ou o enfoque pode ser apenas na perspectiva técnica, deixando de lado a prática e dificuldades do profissional no dia a dia.



Além disso, existe uma infinidade de órgãos e legislações que tratam do assunto que fazem com que os profissionais se confundam. MAPA, Anvisa, vigilâncias sanitárias, órgãos de inspeção dos estados e municípios, conselhos de classe: todos eles têm autoridade sobre os estabelecimentos de alimentos e suas diretrizes devem ser seguidas. Cada uma a seu modo.

Apesar de todos esses argumentos para que o profissional se perca diante das suas atribuições, o que não pode acontecer é que ele fique tranquilo com isso. Meios para vencer as dificuldades não faltam. É preciso correr atrás de atualizações seja por meio de cursos, pós-graduações ou eventos da área. Devemos reconhecer nossas deficiências, mas nunca nos acomodar com elas.

Mas afinal, com tanta coisa para se preocupar, qual deve ser minha prioridade na indústria ou serviço de alimentação? A resposta é "**A higiene na manipulação dos alimentos**". Mas, por quê? Continue lendo o artigo pois falaremos mais sobre isso.

Por que higiene e manipulação de alimentos?

Tratar a higiene e manipulação de alimentos como prioridade não quer dizer esquecer os outros assuntos, mas sim que devemos dar atenção especial a esse aspecto. Tratar com dedicação da manutenção de equipamentos, por exemplo, e esquecer a higiene e manipulação de alimentos pode fazer com que todo o micro-organismo que não cresceu no freezer, cresça na tábua do manipulador.

Tá dando para entender o raciocínio? É cuidar de tudo um pouco, mas com um foco mais aceso no aspecto higiênico-sanitário que o trabalho exige. Assim, você garante a produção de alimentos inócuos ao consumidor e com excelente qualidade.

Agora que já entendemos a relevância da higiene na manipulação de alimentos no âmbito das indústrias e serviços de alimentação, está na hora de falarmos sobre as regras de ouro a que o título do artigo se refere.

- **Regra 1: Higiene pessoal**
- **Regra 2: Higiene do ambiente**
- **Regra 3: Treinamento de funcionários**

Você pode estar achando meio básicas essas regras. Mas, quanto mais básico um assunto for para a indústria e serviço de alimentação, mais necessário ele é para o sucesso da empresa. Construa um alicerce forte que as outras áreas por consequência também irão bem. Não adianta ter maquinário avançado e tecnologias inovadoras se o elementar está deficiente.

Prova disso são as legislações da Anvisa, MAPA e órgãos subordinados. Um enorme número dessas normas falam sobre higiene pessoal, do ambiente e treinamento de funcionários. Será que isso é à toa? Claro que não. Todos esses textos são desenvolvidos por pessoal competente da área e que sabe o que está falando.

Caso queira relembrar ou até conhecer algumas dessas legislações é só clicar no link e conferir esses assuntos.

Portaria 368 de 04 de setembro de 1997

Resolução RDC 216 de 15 de setembro de 2004

Resolução RDC 275 de 21 de outubro de 2002

Regra de ouro Nº1: Higiene pessoal

Manipuladores de alimentos

O responsável pelo estabelecimento deve tomar medidas para que todos os manipuladores de alimentos sejam instruídos em higiene pessoal.

Aspectos básicos de higiene

Os manipuladores de alimentos e demais pessoas que estiverem nessa área devem receber instrução sobre higiene pessoal. Todos devem receber número suficiente de uniformes para serem usados durante a semana, os quais devem estar sempre limpos.

O pessoal deve manter os cabelos presos e cobertos por toucas e todo tipo de adorno deve ser mantido junto aos pertences do funcionário. Alianças, correntes e brincos, mesmo que de segundo furo, devem ser retirados dentro da área de manipulação.

Orientações quanto proibição de fumar, comer, cuspir ou mascar chicletes na área de manipulação devem ser feitas também. E não pense que é óbvio. Pode parecer para você, mas para o funcionário muitas vezes não é.

Condições de saúde

Devem ser observadas as condições de saúde dos trabalhadores. Antes de se admitir um funcionário para manipular alimentos, deve-se requerer exames médicos que atestem sua saúde. Avaliações médicas devem ser feitas regularmente também, o que deve ser registrado no Manual de Boas Práticas.

Manipuladores que tenham a confirmação ou apenas a suspeita de alguma enfermidade que possa ser transmitida por meio dos alimentos, devem ser afastados até que a sua saúde seja restabelecida. Deve-se orientar os funcionários que estiverem doentes que comuniquem seu estado à direção. O mesmo deve acontecer para ferimentos, que podem levar ao afastamento do funcionário de suas atividades. Isso é muito importante para evitar a contaminação dos alimentos.

Lavagem das mãos

Esse quesito é de extrema relevância para a higiene na manipulação dos alimentos. Todos os funcionários que trabalham com a manipulação devem receber treinamento sobre lavagem de mãos. Pode parecer algo bobo, mas acreditem, não é. Isso porque cada pessoa lava as mãos de um jeito diferente. E na indústria, esse tipo de procedimento deve ser padronizado para evitar qualquer tipo de erro.

Além disso, a lavagem de mãos deve englobar também a lavagem dos antebraços, quando o uniforme assim o permitir. Deve-se orientar os funcionários a lavarem as mãos sempre que forem ao toalete, antes e depois dos trabalhos ou depois de espirrar ou tossir. Mas não só nesses momentos. As mãos devem ser higienizadas sempre que tocarem algo que não os utensílios e os próprios alimentos, como depois de coçar a cabeça ou os olhos.

Deve-se colocar em locais estratégicos avisos que estimulem os funcionários a lavarem as mãos e as instruções de como deve ser feito também. E não basta só ensinar e estimular, o estabelecimento deve oferecer condições para que esse hábito seja internalizado pelos manipuladores. E isso se traduz em manter sempre disponível detergentes, desinfetantes e papel toalha nas pias destinadas a esse fim.

Luvas

O uso de luvas para manipular alimentos é um tema controverso. De forma geral, o que se indica é a utilização das luvas para situações em que o funcionário for manipular um produto pronto para o consumo, como quando ele vai preparar um sanduíche para o cliente, por exemplo.

Nas demais situações, em que o alimento ainda for sofrer algum processo de cocção, o uso das luvas é facultativo. Mas deve-se orientar ao funcionário que se as luvas forem utilizadas é necessário que elas sejam descartadas sempre que houver interrupção do trabalho ou quando superfícies não higienizadas forem tocadas.

Outro momento em que as luvas devem ser trocadas é quando há mudança de produto manipulado. Por exemplo, quando se manipula uma peça de carne bovina e passa a se manipular um peito de frango, não só as luvas devem ser trocadas, mas também tábuas e facas.

Além disso, o uso de luvas não dispensa da operação de lavagem de mãos. O problema das luvas é que quando os funcionários as utilizam eles não sentem

necessidade de lavar as mãos. E então saem tocando em tudo o que veem pela frente. Bancada, lixo, facas, equipamentos, embalagens, torneiras, alimento. E isso pode levar à contaminação cruzada.

Demais funcionários da empresa

É claro que a atenção com a higiene na manipulação de alimentos deve ser o seu foco maior dentro do estabelecimento. E justamente por isso que uma certa atenção com os demais funcionários da empresa é importante. E não só com eles, mas também com visitantes e com a própria direção.

Não é raro ver o dono da empresa entrando dentro da unidade de produção de alimentos. Menos raro ainda é vê-lo fazendo isso usando roupas comuns, isto é, sem usar a vestimenta obrigatória para esse ambiente. E ao fazer isso é gerado um sentimento de desobrigação pelos funcionários. Eles chegam a pensar que se o dono faz isso é porque as regras que estabelecemos não são tão importantes quanto dizemos.

O mesmo raciocínio para visitantes e para nós mesmos, os profissionais que fazem todas as orientações sobre esse assunto. Se nós não dermos o exemplo, como vamos exigir qualquer coisa deles? É preciso que nós sejamos os primeiros a seguir os princípios que preconizamos para que eles comprem nossas ideias.

Para este tópico, o indicado é que sejam feitas orientações a todos os funcionários que não são da área de manipulação de alimentos. O indicado é que se evite ao máximo a entrada nesse local e que se for realmente necessário que todas as regras aplicadas aos manipuladores sejam respeitadas. Para visitantes deve-se disponibilizar vestimentas e calçados para que entrem na área de manipulação, podendo se optar, por exemplo, pelos protetores descartáveis, como os de polietileno.

Regra de ouro Nº2: Higiene do ambiente

Como falar de higiene na manipulação de alimentos sem falar em limpeza do ambiente? Não tem como. Afinal se há manipulação, há manipulador, que foi o tópico anterior, e há local de se manipular. E se o local de preparar os alimentos está sujo, o produto final também estará.

As operações de limpeza devem ser ensinadas ao funcionário. Por mais que determinadas tarefas possam parecer fáceis, é preciso fazer orientações detalhadas

ao responsável pela operação. Lembre-se de registrar esses treinamentos nas planilhas previstas do Manual de Boas Práticas.

Leia também: **Programas de Autocontrole – Relação e Uso das Ferramentas BPF, PPHO e APPCC**

Higienização, produtos de limpeza e utensílios

A higienização das instalações deve ser realizada antes que os trabalhos sejam iniciados e também no fim do turno. Além disso, limpezas durante as operações devem ser feitas sempre que se julgar necessário. Isso tomando o cuidado em não contaminar os alimentos com produtos saneantes.

Por falar em produtos de limpeza, não deixe de ler os rótulos dos saneantes utilizados no estabelecimento. Verifique se são regularizados pelo Ministério da Saúde e o modo de diluição. Além de garantir a segurança do trabalhador, isso pode gerar economias para a empresa.

Os utensílios utilizados na diluição e no transporte dos saneantes deve ser próprio. Não se deve utilizar o mesmo utensílio para higienizar instalações e superfícies que entram em contato com os alimentos. Como o chão e a bancada de manipulação de alimentos.

Alguns cuidados

Existem alguns hábitos que os funcionários levam de casa para o trabalho. Panos, escovas de aço e desinfetantes com cheiro não devem ser utilizados em ambientes de manipulação de alimentos. E cada um desses cuidados devem ser cuidadosamente explicados para o funcionário. Lembre-se de que apenas proibir não leva à mudança de hábitos, mas quando os colaboradores aprendem a razão dessa proibição eles até passam esse conhecimento para frente.

Regra de ouro Nº3: Treinamento de funcionários

Ao longo das regras 1 e 2 falamos muito em orientações e instruções. Se quisermos um bom padrão de higiene e manipulação de alimentos na indústria ou serviço de alimentação, teremos que conversar muito com os funcionários. Essa conversa nada mais é que um treinamento.

Independente do format que opte, treine todos os colaboradores da empresa. Quer por treinamentos conjuntos ou quer por orientações pontuais, o que interessa é que eles sejam instruídos e sejam ouvidos também. Tente identificar o modo como cada um deles se sente melhor em ser abordado e respeite o espaço deles.

Conclusão

A higiene na manipulação de alimentos é essencial para o sucesso de qualquer indústria ou serviço de alimentação. E essas três regras são só a pontinha do iceberg que permeiam esse assunto. Sendo assim, continue buscando os melhores meios para levar qualidade aos consumidores dos seus produtos. Se nessa busca surgir alguma dúvida, não hesite em procurar a equipe IFOPE. Teremos o maior prazer em tentar te ajudar nessa empreitada.

4- REPOSIÇÃO DE ESTOQUE DE ALIMENTOS E DE UTENSÍLIOS

Indústria de alimentos e bebidas: 11 cuidados no controle de estoque de produtos perecíveis

Muito se fala em inovação e novas metodologias para o aperfeiçoamento dos processos, mas tudo isso pode parecer algo distante e voltado apenas para modelos recentes de negócios. Contudo, a verdade é que boas práticas e novas tendências de mercado devem ser também consideradas por iniciativas de maior porte.

Dessa forma, grandes empresas também podem (e devem) estar atentas para a melhoria contínua de suas rotinas. Com o foco em reduzir perdas e garantir mais lucratividade, neste post falaremos sobre um assunto que tem uma correlação bastante forte entre resultados operacionais e redução de desperdícios: o controle do estoque de produtos perecíveis.

Embora sejam o foco deste artigo, é importante lembrar que os produtos perecíveis não se restringem à indústria de alimentos e bebidas. Regras semelhantes se aplicam a todo tipo de bem ou serviço que se esgota com o tempo, como reservas de quartos de hotel ou em restaurantes, assentos em um avião e ingressos para shows, congressos, eventos e palestras.

Nesse sentido, parte das dicas que você vai conferir neste artigo também vale para esses mercados. Boa leitura!

11 cuidados no controle de estoque de produtos perecíveis

Para entender mais sobre o assunto, conheça os cuidados que sua empresa deve ter ao realizar o controle de estoque de produtos perecíveis e veja como a tecnologia de um ERP pode ser sua aliada.

1. Cuidados sanitários

Para evitar problemas com a fiscalização e também a degradação desses itens, alguns cuidados sanitários são bastante importantes no dia a dia da empresa.

O termo sanitário está diretamente relacionado à higiene. Sendo assim, é necessário garantir que um controle de limpeza seja implementado com muito rigor durante todo

o processo que envolve o recebimento, a estocagem, a manipulação e a venda desses itens.

Os funcionários que trabalharem diretamente com os produtos devem estar bem treinados e utilizando equipamentos limpos e que garantam a minimização de riscos de contaminação.

Cada tipo de produto requer um cuidado específico, e as rotinas de limpeza e isolamento dos itens devem ser pensadas individualmente. Assim, variações até mesmo na composição e na concentração de produtos de higienização devem ser observadas para evitar danos à saúde dos consumidores.

Vale a pena destacar que equipamentos de proteção adequados, como luvas, máscaras e botas, devem ser oferecidos e utilizados pelos funcionários envolvidos no processo.

2. Cuidados com a logística

A logística é um processo bastante complicado, que contempla desde a solicitação de itens junto ao fornecedor até a entrega ao consumidor final. Em meio a tantas atividades inerentes, alimentos e bebidas acabam ficando vulneráveis a vários riscos e, mesmo sendo muito bem cuidados, ainda há chances de perdas devido à alta sensibilidade de alguns itens.

Um dos processos mais complicados — e na maioria das vezes o mais caro — é o de transporte. Geralmente absorvendo algo entre 50% a 70% do custo da logística, ele também é um vilão quando o assunto é a perda de produtos, especialmente os perecíveis.

Por isso, é muito importante que a fase de transportes receba muita atenção. Seja no momento de aquisição dos produtos ou na fase de oferta aos clientes, bebidas e alimentos precisam estar muito bem embalados. O isolamento de potenciais riscos, como umidade, poeira e produtos manipulados no ambiente, também é outra providência que deve ser tomada.

Nesses momentos, a utilização de ferramentas como um bom ERP é fundamental para garantir que o processo seja o mais rápido e controlado possível. Reduzindo prazos e conseguindo acompanhar de perto por onde anda cada item, as chances de contaminação e exposição a fatores que ameacem a integridade dos produtos diminui, o que torna os processos operacionais muito mais seguros.

3. Cuidados durante a armazenagem

Ao manter produtos perecíveis guardados, alguns cuidados devem ser observados. Antes mesmo de descarregar os alimentos e as bebidas, é preciso conferir se o ambiente está devidamente preparado para receber a carga. Goteiras e vazamentos devem ser eliminados, e materiais perigosos, como vidros quebrados e lixo, devem ser retirados.

Quanto ao isolamento, é necessário ter portas adequadas, que não tenham grandes distâncias do piso. Umidade e temperatura também são outras preocupações que merecem atenção.

Outro ponto a se destacar é o isolamento de lâmpadas e materiais que possam vir a cair sobre os alimentos, causando riscos à saúde. Em caso de separação de itens para o descarte, esses devem ficar em um ambiente totalmente diferente daquele em que os produtos próprios para o consumo estão armazenados.

4. Cuidados com o manuseio

Em alguns momentos, o controle de estoque será afetado pelo manuseio e pela movimentação interna de produtos. Por isso, é muito importante que as equipes envolvidas nesses processos sejam bem treinadas.

Mais do que isso: os funcionários precisam cumprir rotinas de higienização tanto dos alimentos e das bebidas quanto dos equipamentos e utensílios utilizados nos processos.

Considerando ainda as preocupações além da higiene, é preciso ressaltar que alguns produtos são mais delicados e não podem ser empilhados de qualquer jeito. Um bom exemplo são os itens enlatados. Embora a sua embalagem seja mais resistente, uma movimentação e/ou empilhamento inadequado pode acabar gerando amassados que tornam os produtos impróprios para o consumo.

O ideal é conseguir criar rotinas de trabalho que minimizem a necessidade de manipulação desse tipo de estoque. Assim, os riscos de perdas e contaminações também são reduzidos.

5. Cuidados no controle de estoque

Além dos cuidados nos processos, na manipulação e no acondicionamento de produtos alimentícios, é necessário também manter um bom nível de atenção quanto ao controle de estoque de perecíveis. Uma preocupação que deve ser levada em conta quando o assunto é estocagem é a questão dos prazos de validade.

Ainda que muito bem acondicionados e também manipulados, alimentos e bebidas têm prazos de validade que precisam ser controlados com muito cuidado. Variando de acordo com o lote e o tipo de produto (carnes, laticínios, enlatados, refrigerantes, etc.), cada item deve ter a sua validade bem acompanhada.

Como é impossível fazer esse tipo de gestão de maneira manual, tendo em vista o grande volume de itens, é primordial que se tenha um sistema que tome conta de tudo de maneira eficiente. Afinal, é preciso conseguir rastrear cada lote e colocá-lo à venda antes que seja tarde demais.

6. Cuidados com o espaço físico

O armazenamento é, em geral, um custo variável: quanto maior seu estoque, mais você paga. Mesmo que o aluguel do imóvel tenha um preço fixo, o custo de eletricidade com congelamento, por exemplo, aumenta com a quantidade de produtos. Além disso, existe sempre o custo de oportunidade: para estocar o produto X, é preciso abrir mão de espaço para armazenar o produto Y.

Tomar uma série de cuidados com o espaço físico assegura que os produtos perecíveis não vão perder a validade antes de serem comercializados e também aumenta a margem de lucro do seu negócio.

Isso acontece de duas formas:

- **Com a manutenção do espaço físico:** os produtos perecíveis devem ser acondicionados em local adequado e alguns precisam ser refrigerados. O armazém deve ser mantido seco e livre da exposição ao sol, pois temperaturas mais altas contribuem para degradar o produto mais rapidamente e reações químicas são aceleradas no calor;
- **Com a administração do espaço físico:** diz respeito a garantir que o espaço é adequado para o volume de negócios. Um armazém muito grande ou distante, por exemplo, gera custos extras e faz com que os produtos sejam entregues mais tarde

do que poderiam. Já um armazém barato ou pequeno pode atrapalhar o crescimento do seu negócio ou expor as mercadorias a condições insalubres, como sol, calor, umidade e mofo.

7. Cuidados com a organização

Produtos perecíveis são mercadorias pelas quais o seu negócio já pagou e agora espera converter em dinheiro. Quanto mais tempo passarem no estoque, pior. Afinal, isso não apenas aumenta o risco de que fiquem inviáveis para o consumo, mas também atrasa a entrada de receita no seu fluxo de caixa.

Cuidados com a organização do estoque ajudam os funcionários a localizarem os produtos e despachá-los com mais agilidade, priorizando o que for mais antigo, de forma a não perder nada. Em inglês, essa regra é conhecida pela sigla FIFO ***(first in, first out)***, ou seja, o que entra primeiro sai primeiro. Para produtos perecíveis, essa regra é ainda mais importante.

O bom gerenciamento de estoque também ajuda o gestor a tomar melhores decisões. Por exemplo: o departamento de compras deve mesmo adquirir certa carga de refrigerantes que o fornecedor oferece com desconto?

Isso pode ser respondido com confiança se o administrador souber se haverá espaço refrigerado no armazém para dar conta da bebida enquanto ela não é revendida.

8. Equipe capacitada para lidar com produtos perecíveis

Nenhum negócio prospera sem profissionais qualificados, e o tema é especialmente sensível quando falamos de alimentos e bebidas. Os funcionários de toda a cadeia de produção devem ser treinados periodicamente em exercícios de saúde e higiene e seguir rigorosamente as regras.

A primeira providência é dar o exemplo. Se for o caso de vestir itens como luvas, touca e botas, os chefes de cada setor devem fazê-lo sempre. Além disso, todo processo de disciplina pode ser facilitado. A instalação de tanques ou pias para lavar as mãos em diferentes lugares, por exemplo, torna essa rotina menos trabalhosa.

Outra prática importante é a limpeza constante do ambiente e a remoção do campo visual de objetos e ferramentas que não forem necessários ao trabalho imediato (parte da chamada “metodologia Lean”). Quando o local de trabalho está limpo e

sem obstáculos, qualquer sujeira aparece com maior destaque, facilitando sua identificação e correção.

9. Adoção de ferramentas úteis

Um sistema automático de gerenciamento de estoque aumenta a eficiência das operações. Um programa do tipo ERP também significa que você nunca mais vai perder uma venda. Ele pode ser programado para fazer compras automaticamente quando o estoque estiver baixo.

No caso de produtos perecíveis, ele ajuda as equipes a prestarem atenção nas datas de validade e pode emitir alertas em determinados momentos do ciclo de vida da mercadoria, para que sejam tomadas decisões, como oferecer um desconto, por exemplo.

10. Implementação de planos de contingência

É fácil administrar um negócio em que tudo dá certo. O difícil é tomar decisões quando algo dá errado. Uma boa gestão de produtos perecíveis deve antecipar cenários e se planejar para eles.

Por exemplo: seu negócio faz uma grande encomenda de carnes. Se o fim de semana for de sol, a demanda vai subir muito, com muita gente querendo fazer churrasco. Se chover, você pode ter de preparar descontos nos próximos dias para se livrar do estoque extra.

11. Cuidados com a gestão de compras de produtos perecíveis

A gestão de compras de produtos segue diferentes procedimentos em cada empresa. Um deles é o chamado “single period” ou período único. Ele pressupõe que as compras devem ser feitas com base em um período de tempo e, se o estoque acabar, ele não será substituído até o fim do exercício.

Por exemplo: você compra 100 laranjas para vender ao longo de quatro semanas. Elas são todas vendidas nos primeiros 15 dias, mas seu sistema aguarda até o fim do mês para fazer uma nova encomenda.

Esse tipo de sistema parece desvantajoso para a maioria dos negócios, porque deixa de fazer vendas em períodos de demanda elevada. Por outro lado, é uma estratégia especialmente adequada a produtos perecíveis: ao fazer compras com base na data de validade dos alimentos e bebidas, o negócio vai limitar a quantidade de mercadoria perdida porque estragou.

Com um giro de vendas normalmente mais rápido do que outros tipos de produtos, os produtos perecíveis, como alimentos e bebidas, exigem uma gestão mais detalhista e profissional. Por isso, na hora de fazer o controle desses estoques, as empresas não podem abrir mão de soluções e rotinas de trabalho que reduzam riscos aos seus investimentos e também à saúde dos consumidores.

5- NORMAS E INSTRUÇÕES ESTABELECIDAS

RESOLUÇÃO N° 216, DE 15 DE SETEMBRO DE 2004

Dispõe sobre Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação.

A Diretoria Colegiada da Agência Nacional de Vigilância Sanitária, no uso da atribuição que lhe confere o art. 11, inciso IV, do Regulamento da Agência Nacional de Vigilância Sanitária, aprovado pelo Decreto n.º 3.029, de 16 de abril de 1999, c/c o art. 8º, inciso IV, do Regimento Interno aprovado pela Portaria nº 593 de 25 de agosto de 2000, em reunião realizada em 13 de setembro de 2004,

Considerando a necessidade de constante aperfeiçoamento das ações de controle sanitário na área de alimentos visando a proteção à saúde da população;

Considerando a necessidade de harmonização da ação de inspeção sanitária em serviços de alimentação;

Considerando a necessidade de elaboração de requisitos higiênico- sanitários gerais para serviços de alimentação aplicáveis em todo território nacional;

Adota a seguinte Resolução de Diretoria Colegiada e eu, Diretor-Presidente, determino a sua publicação:

Art. 1º Aprovar o Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação.

Art. 2º A presente Resolução pode ser complementada pelosórgãos de vigilância sanitária estaduais, distrital e municipais visando abranger requisitos inerentes às realidades locais e promover a melhoria das condições higiênico-sanitárias dos serviços de alimentação.

Art. 3º Os estabelecimentos têm o prazo de 180 (cento e oitenta) dias, a contar da data da publicação, para se adequarem ao Regulamento Técnico constante do Anexo I desta Resolução.

Art. 4º Esta Resolução entra em vigor na data de sua publicação.

Art. 5º Fica revogada a Resolução CNNPA nº 16, publicada no Diário Oficial da União em 28 de junho de 1978.

Art. 6º A inobservância ou desobediência ao disposto na presente Resolução configura infração de natureza sanitária, na forma da Lei n° 6437, de 20 de agosto de 1977, sujeitando o infrator às penalidades previstas nesse diploma legal.

LÁUDIO MAIEROVITCH PESSANHA HENRIQUES

ANEXO

REGULAMENTO TÉCNICO DE BOAS PRÁTICAS PARA SERVIÇOS DE ALIMENTAÇÃO

1 - ALCANCE

1.1. Objetivo

Estabelecer procedimentos de Boas Práticas para serviços de alimentação a fim de garantir as condições higiênico-sanitárias do alimento preparado.

1.2. Âmbito de Aplicação.

Aplica-se aos serviços de alimentação que realizam algumas das seguintes atividades: manipulação, preparação, fracionamento, armazenamento, distribuição,

transporte, exposição à venda e entrega de alimentos preparados ao consumo, tais como cantinas, bufês, comissarias, confeitarias, cozinhas industriais, cozinhas institucionais, delicatéssens, lanchonetes, padarias, pastelarias, restaurantes, rotisserias e congêneres.

As comissarias instaladas em Portos, Aeroportos, Fronteiras e Terminais Alfandegados devem, ainda, obedecer aos regulamentos técnicos específicos.

Excluem-se deste Regulamento os lactários, as unidades de Terapia de Nutrição Enteral - TNE, os bancos de leite humano, as cozinhas dos estabelecimentos assistenciais de saúde e os estabelecimentos industriais abrangidos no âmbito do Regulamento Técnico sobre as Condições Higiênico-Sanitárias e de Boas Práticas de Fabricação para Estabelecimentos Produtores/Industrializadores de Alimentos.

2- DEFINIÇÕES

Para efeito deste Regulamento, considera-se:

2.1 Alimentos preparados: são alimentos manipulados e preparados em serviços de alimentação, expostos à venda embalados ou não, subdividindo-se em três categorias:

a) Alimentos cozidos, mantidos quentes e expostos ao consumo;

b) Alimentos cozidos, mantidos refrigerados, congelados ouà temperatura ambiente, que necessitam ou não de aquecimento antes do consumo;

c) Alimentos crus, mantidos refrigerados ou à temperatura ambiente, expostos ao consumo.

2.2 Anti-sepsia: operação que visa a redução de microrganismos presentes na pele em níveis seguros, durante a lavagem das mãos com sabonete anti-séptico ou por uso de agente anti-séptico após a lavagem e secagem das mãos.

2.3 Boas Práticas: procedimentos que devem ser adotados por serviços de alimentação a fim de garantir a qualidade higiênicosanitária e a conformidade dos alimentos com a legislação sanitária.

2.4 Contaminantes: substâncias ou agentes de origem biológica, química ou física, estranhos ao alimento, que sejam considerados nocivos à saúde humana ou que comprometam a sua integridade.

2.5 Controle Integrado de Vetores e Pragas Urbanas: sistema que incorpora ações preventivas e corretivas destinadas a impedir a atração, o abrigo, o acesso e ou a proliferação de vetores e pragas urbanas que comprometam a qualidade higiênico-sanitária do alimento.

2.6 Desinfecção: operação de redução, por método físico e ou agente químico, do número de microrganismos em nível que não comprometa a qualidade higiênico-sanitária do alimento.

2.7 Higienização: operação que compreende duas etapas, a limpeza e a desinfecção.

2.8 Limpeza: operação de remoção de substâncias minerais e ou orgânicas indesejáveis, tais como terra, poeira, gordura e outras sujidades.

2.9 Manipulação de alimentos: operações efetuadas sobre a matéria-prima para obtenção e entrega ao consumo do alimento preparado, envolvendo as etapas de preparação, embalagem, armazenamento, transporte, distribuição e exposição à venda.

2.10 Manipuladores de alimentos: qualquer pessoa do serviço de alimentação que entra em contato direto ou indireto com o alimento.

2.11 Manual de Boas Práticas: documento que descreve as operações realizadas pelo estabelecimento, incluindo, no mínimo, os requisitos higiênico-sanitários dos edifícios, a manutenção e higienização das instalações, dos equipamentos e dos utensílios, o controle da água de abastecimento, o controle

integrado de vetores e pragas urbanas, a capacitação profissional, o controle da higiene e saúde dos manipuladores, o manejo de resíduos e o controle e garantia de qualidade do alimento preparado.

2.12 Medida de controle: procedimento adotado com o objetivo de prevenir, reduzir a um nível aceitável ou eliminar um agente físico, químico ou biológico que comprometa a qualidade higiênicosanitária do alimento.

2.13 Produtos perecíveis: produtos alimentícios, alimentos“in natura”, produtos semi-preparados ou produtos preparados para o consumo que, pela sua natureza ou composição, necessitam de condições especiais de temperatura para sua conservação.

2.14 Registro: consiste de anotação em planilha e ou documento, apresentando data e identificação do funcionário responsável pelo seu preenchimento.

2.15 Resíduos: materiais a serem descartados, oriundos daárea de preparação e das demais áreas do serviço de alimentação.

2.16 Saneantes: substâncias ou preparações destinadas à higienização, desinfecção ou desinfestação domiciliar, em ambientes coletivos e/ou públicos, em lugares de uso comum e no tratamento deágua.

2.17 Serviço de alimentação: estabelecimento onde o alimentoé manipulado, preparado, armazenado e ou exposto à venda, podendo ou não ser consumido no local.

2.18 Procedimento Operacional Padronizado - POP: procedimento escrito de forma objetiva que estabelece instruções seqüenciais para a realização de operações rotineiras e específicas na manipulação de alimentos.

3. REFERÊNCIAS

3.1 BRASIL. Decreto-Lei nº 986, de 21 de outubro de 1969. Institui Normas Básicas sobre Alimentos.

3.2 BRASIL. Lei nº 6360, de 23 de setembro de 1976. Dispõe sobre a vigilância sanitária a que ficam sujeitos os medicamentos, as drogas, os insumos farmacêuticos e correlatos, cosméticos, saneantes e outros produtos, e dá outras providências.

3.3 BRASIL. Lei n° 6437, de 20 de agosto de 1977, e suas alterações. Configura infrações a legislação sanitária federal, estabelece as sanções respectivas e dá outras providências.

3.4 BRASIL, Ministério da Saúde. Divisão Nacional de Vigilância Sanitária de Produtos Saneantes Domissanitários. Portaria nº 15, de 23 de agosto de 1988. Normas para Registro dos Saneantes Domissanitários com Ação Antimicrobiana.

3.5 BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria Nacional de Organização e Desenvolvimento de Serviços de Saúde. Programa de Controle de Infecção Hospitalar. LAVAR AS MÃOS: INFORMAÇÕES PARA PROFISSIONAIS DE SAÚDE. 39 páginas na Impressão Original, il. - Série A: Normas e Manuais Técnicos - 11, 1989.

3.6 BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância Sanitária. Portaria nº 1.428, de 26 de novembro de 1993. Regulamentos Técnicos sobre Inspeção Sanitária, Boas Práticas de Produção/ Prestação de Serviços e Padrão de Identidade e Qualidade naÁrea de Alimentos.

3.7 BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância Sanitária. Portaria nº 152, de 26 de fevereiro de 1999. Regulamento Técnico para Produtos destinados à Desinfecção de Água para o Consumo Humano e de Produtos Algicidas e Fungicidas para Piscinas.

3.8 BRASIL, Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria nº 3.523, de 28 de agosto de 1998. Regulamento Técnico contendo Medidas Básicas referentes aos Procedimentos de Verificação Visual do Estado de Limpeza, Remoção de Sujidades por Métodos Físicos e Manutenção do Estado de Integridade e Eficiência de todos os Componentes dos Sistemas de Climatização, para garantir a Qualidade

do Ar de Interiores e Prevenção de Riscos à Saúde dos Ocupantes de Ambientes Climatizados.

3.9 BRASIL, Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução n° 105 de 19 de maio de 1999. Aprova os Regulamentos Técnicos: Disposições Gerais para Embalagens e Equipamentos Plásticos em contato com Alimentos

3.10 BRASIL, Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução nº 211, de 18 de junho de 1999. Altera os dispositivos das Normas para Registro dos Saneantes Domissanitários com Ação Antimicrobiana.

3.11 BRASIL, Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução-RDC nº 18, de 29 de fevereiro de 2000. Dispõe sobre Normas Gerais para Funcionamento de Empresas Especializadas na Prestação de Serviços de Controle de Vetores e Pragas Urbanas.

3.12 BRASIL, Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução-RDC nº 277, de 16 de abril de 2001. Altera os dispositivos do Regulamento Técnico para Produtos destinadosà Desinfecção de Água para o Consumo Humano e de Produtos Algicidas e Fungicidas para Piscinas.

3.13 BRASIL, Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução-RDC nº 91, de 11 de maio de 2001. Aprova o Regulamento Técnico - Critérios Gerais e Classificação de Materiais para Embalagens e Equipamentos em Contato com Alimentos constante do Anexo desta Resolução.

3.14 BRASIL, Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução-RE nº 9, de 16 de janeiro de 2003. Orientação Técnica Elaborada por Grupo Técnico Assessor sobre Padrões Referenciais de Qualidade do Ar Interior em Ambientes Climatizados Artificialmente de Uso Público e Coletivo.

3.15 BRASIL, Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria nº 518, de 25 de março de 2004. Estabelece os Procedimentos e as Responsabilidades relativos

ao Controle e Vigilância da Qualidade da Água para Consumo Humano e seu Padrão de Potabilidade.

3.16 BRASIL, Ministério do Trabalho e Emprego. Secretaria de Segurança e Saúde no Trabalho. Norma Regulamentadora nº 7. Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional.

3.17 CODEX ALIMENTARIUS. CAC/RCP 1-1969, Rev. 4, 2003. Recommended International Code of Practice General Principles of Food Hygiene.

3.18 CODEX ALIMENTARIUS. CAC/RCP 39-1993. Code of Hygienic Practice for Precooked and Cooked Foods in Mass Catering.

3.19 WORLD HEALTH ORGANIZATION. Genebra, 1999. Basic Food Safety for Health Workers.

4 BOAS PRÁTICAS PARA SERVIÇOS DE ALIMENTAÇÃO

4.1 EDIFICAÇÃO, INSTALAÇÕES, EQUIPAMENTOS, MÓVEIS E UTENSÍLIOS

4.1.1 A edificação e as instalações devem ser projetadas de forma a possibilitar um fluxo ordenado e sem cruzamentos em todas as etapas da preparação de alimentos e a facilitar as operações de manutenção, limpeza e, quando for o caso, desinfecção. O acesso às instalações deve ser controlado e independente, não comum a outros usos.

4.1.2 O dimensionamento da edificação e das instalações deve ser compatível com todas as operações. Deve existir separação entre as diferentes atividades por meios físicos ou por outros meios eficazes de forma a evitar a contaminação cruzada.

4.1.3 As instalações físicas como piso, parede e teto devem possuir revestimento liso, impermeável e lavável. Devem ser mantidosíntegros, conservados, livres de rachaduras, trincas, goteiras, vazamentos, infiltrações,

bolores, descascamentos, dentre outros e não devem transmitir contaminantes aos alimentos.

4.1.4 As portas e as janelas devem ser mantidas ajustadas aos batentes. As portas da área de preparação e armazenamento de alimentos devem ser dotadas de fechamento automático. As aberturas externas das áreas de armazenamento e preparação de alimentos, inclusive o sistema de exaustão, devem ser providas de telas milimetradas para impedir o acesso de vetores e pragas urbanas. As telas devem ser removíveis para facilitar a limpeza periódica.

4.1.5 As instalações devem ser abastecidas de água corrente e dispor de conexões com rede de esgoto ou fossa séptica. Quando presentes, os ralos devem ser sifonados e as grelhas devem possuir dispositivo que permitam seu fechamento.

4.1.6 As caixas de gordura e de esgoto devem possuir dimensão compatível ao volume de resíduos, devendo estar localizadas fora da área de preparação e armazenamento de alimentos e apresentar adequado estado de conservação e funcionamento.

4.1.7 As áreas internas e externas do estabelecimento devem estar livres de objetos em desuso ou estranhos ao ambiente, não sendo permitida a presença de animais.

4.1.8 A iluminação da área de preparação deve proporcionar a visualização de forma que as atividades sejam realizadas sem comprometer a higiene e as características sensoriais dos alimentos. As luminárias localizadas sobre a área de preparação dos alimentos devem ser apropriadas e estar protegidas contra explosão e quedas acidentais.

4.1.9 As instalações elétricas devem estar embutidas ou protegidas em tubulações externas e íntegras de tal forma a permitir a higienização dos ambientes.

4.1.10 A ventilação deve garantir a renovação do ar e a manutenção do ambiente livre de fungos, gases, fumaça, pós, partículas em suspensão, condensação de vapores dentre outros que possam comprometer a qualidade

higiênico-sanitária do alimento. O fluxo de ar não deve incidir diretamente sobre os alimentos.

4.1.11 Os equipamentos e os filtros para climatização devem estar conservados. A limpeza dos componentes do sistema de climatização, a troca de filtros e a manutenção programada e periódica destes equipamentos devem ser registradas e realizadas conforme legislação específica.

4.1.12 As instalações sanitárias e os vestiários não devem se comunicar diretamente com a área de preparação e armazenamento de alimentos ou refeitórios, devendo ser mantidos organizados e em adequado estado de conservação. As portas externas devem ser dotadas de fechamento automático.

4.1.13 As instalações sanitárias devem possuir lavatórios e estar supridas de produtos destinados à higiene pessoal tais como papel higiênico, sabonete líquido inodoro anti-séptico ou sabonete líquido inodoro e produto anti-séptico e toalhas de papel não reciclado ou outro sistema higiênico e seguro para secagem das mãos. Os coletores dos resíduos devem ser dotados de tampa e acionados sem contato manual.

4.1.14 Devem existir lavatórios exclusivos para a higiene das mãos na área de manipulação, em posições estratégicas em relação ao fluxo de preparo dos alimentos e em número suficiente de modo a atender toda a área de preparação. Os lavatórios devem possuir sabonete líquido inodoro anti-séptico ou sabonete líquido inodoro e produto anti-séptico, toalhas de papel não reciclado ou outro sistema higiênico e seguro de secagem das mãos e coletor de papel, acionado sem contato manual.

4.1.15 Os equipamentos, móveis e utensílios que entram em contato com alimentos devem ser de materiais que não transmitam substâncias tóxicas, odores, nem sabores aos mesmos, conforme estabelecido em legislação específica. Devem ser mantidos em adequado estado de conservação e ser resistentes à corrosão e a repetidas operações de limpeza e desinfecção.

4.1.16 Devem ser realizadas manutenção programada e periódica dos equipamentos e utensílios e calibração dos instrumentos ou equipamentos de medição, mantendo registro da realização dessas operações.

4.1.17 As superfícies dos equipamentos, móveis e utensílios utilizados na preparação, embalagem, armazenamento, transporte, distribuição e exposição à venda dos alimentos devem ser lisas, impermeáveis, laváveis e estar isentas de rugosidades, frestas e outras imperfeições que possam comprometer a higienização dos mesmos e serem fontes de contaminação dos alimentos.

4.2 HIGIENIZAÇÃO DE INSTALAÇÕES, EQUIPAMENTOS, MÓVEIS E UTENSÍLIOS

4.2.1 As instalações, os equipamentos, os móveis e os utensílios devem ser mantidos em condições higiênico-sanitárias apropriadas. As operações de higienização devem ser realizadas por funcionários comprovadamente capacitados e com freqüência que garanta a manutenção dessas condições e minimize o risco de contaminação do alimento.

4.2.2 As caixas de gordura devem ser periodicamente limpas. O descarte dos resíduos deve atender ao disposto em legislação específica.

4.2.3 As operações de limpeza e, se for o caso, de desinfecção das instalações e equipamentos, quando não forem realizadas rotineiramente, devem ser registradas.

4.2.4 A área de preparação do alimento deve ser higienizada quantas vezes forem necessárias e imediatamente após o término do trabalho. Devem ser tomadas precauções para impedir a contaminação dos alimentos causada por produtos saneantes, pela suspensão de partículas e pela formação de aerossóis. Substâncias odorizantes e ou desodorantes em quaisquer das suas formas não devem ser utilizadas nas áreas de preparação e armazenamento dos alimentos.

4.2.5 Os produtos saneantes utilizados devem estar regularizados pelo Ministério da Saúde. A diluição, o tempo de contato e modo de uso/aplicação dos

produtos saneantes devem obedecer às instruções recomendadas pelo fabricante. Os produtos saneantes devem ser identificados e guardados em local reservado para essa finalidade.

4.2.6 Os utensílios e equipamentos utilizados na higienização devem ser próprios para a atividade e estar conservados, limpos e disponíveis em número suficiente e guardados em local reservado para essa finalidade. Os utensílios utilizados na higienização de instalações devem ser distintos daqueles usados para higienização das partes dos equipamentos e utensílios que entrem em contato com o alimento.

4.2.7 Os funcionários responsáveis pela atividade de higienização das instalações sanitárias devem utilizar uniformes apropriados e diferenciados daqueles utilizados na manipulação de alimentos.

4.3 CONTROLE INTEGRADO DE VETORES E PRAGAS URBANAS

4.3.1 A edificação, as instalações, os equipamentos, os móveis e os utensílios devem ser livres de vetores e pragas urbanas. Deve existir um conjunto de ações eficazes e contínuas de controle de vetores e pragas urbanas, com o objetivo de impedir a atração, o abrigo, o acesso e ou proliferação dos mesmos.

4.3.2 Quando as medidas de prevenção adotadas não forem eficazes, o controle químico deve ser empregado e executado por empresa especializada, conforme legislação específica, com produtos desinfestantes regularizados pelo Ministério da Saúde.

4.3.3 Quando da aplicação do controle químico, a empresa especializada deve estabelecer procedimentos pré e pós-tratamento a fim de evitar a contaminação dos alimentos, equipamentos e utensílios. Quando aplicável, os equipamentos e os utensílios, antes de serem reutilizados, devem ser higienizados para a remoção dos resíduos de produtos desinfestantes.

4.4 ABASTECIMENTO DE ÁGUA

4.4.1 Deve ser utilizada somente água potável para manipulação de alimentos. Quando utilizada solução alternativa de abastecimento de água, a potabilidade deve ser atestada semestralmente mediante laudos laboratoriais, sem prejuízo de outras exigências previstas em legislação específica.

4.4.2 O gelo para utilização em alimentos deve ser fabricado a partir de água potável, mantido em condição higiênico-sanitária que evite sua contaminação.

4.4.3 O vapor, quando utilizado em contato direto com alimentos ou com superfícies que entrem em contato com alimentos, deve ser produzido a partir de água potável e não pode representar fonte de contaminação.

4.4.4 O reservatório de água deve ser edificado e ou revestido de materiais que não comprometam a qualidade da água, conforme legislação específica. Deve estar livre de rachaduras, vazamentos, infiltrações, descascamentos dentre outros defeitos e em adequado estado de higiene e conservação, devendo estar devidamente tampado. O reservatório de água deve ser higienizado, em um intervalo máximo de seis meses, devendo ser mantidos registros da operação.

4.5 MANEJO DOS RESÍDUOS

4.5.1 O estabelecimento deve dispor de recipientes identificados e íntegros, de fácil higienização e transporte, em número e capacidade suficientes para conter os resíduos.

4.5.2 Os coletores utilizados para deposição dos resíduos das áreas de preparação e armazenamento de alimentos devem ser dotados de tampas acionadas sem contato manual.

4.5.3 Os resíduos devem ser freqüentemente coletados e estocados em local fechado e isolado da área de preparação e armazenamento dos alimentos, de forma a evitar focos de contaminação e atração de vetores e pragas urbanas.

4.6 MANIPULADORES

4.6.1 O controle da saúde dos manipuladores deve ser registrado e realizado de acordo com a legislação específica.

4.6.2 Os manipuladores que apresentarem lesões e ou sintomas de enfermidades que possam comprometer a qualidade higiênico- sanitária dos alimentos devem ser afastados da atividade de preparação de alimentos enquanto persistirem essas condições de saúde.

4.6.3 Os manipuladores devem ter asseio pessoal, apresentando- se com uniformes compatíveis à atividade, conservados e limpos. Os uniformes devem ser trocados, no mínimo, diariamente e usados exclusivamente nas dependências internas do estabelecimento. As roupas e os objetos pessoais devem ser guardados em local específico e reservado para esse fim.

4.6.4 Os manipuladores devem lavar cuidadosamente as mãos ao chegar ao trabalho, antes e após manipular alimentos, após qualquer interrupção do serviço, após tocar materiais contaminados, após usar os sanitários e sempre que se fizer necessário. Devem ser afixados cartazes de orientação aos manipuladores sobre a correta lavagem e anti-sepsia das mãos e demais hábitos de higiene, em locais de fácil visualização, inclusive nas instalações sanitárias e lavatórios.

4.6.5 Os manipuladores não devem fumar, falar desnecessariamente, cantar, assobiar, espirrar, cuspir, tossir, comer, manipular dinheiro ou praticar outros atos que possam contaminar o alimento, durante o desempenho das atividades.

4.6.6 Os manipuladores devem usar cabelos presos e protegidos por redes, toucas ou outro acessório apropriado para esse fim, não sendo permitido o uso de barba. As unhas devem estar curtas e sem esmalte ou base. Durante a manipulação, devem ser retirados todos os objetos de adorno pessoal e a maquiagem.

4.6.7 Os manipuladores de alimentos devem ser supervisionados e capacitados periodicamente em higiene pessoal, em manipulação higiênica dos

alimentos e em doenças transmitidas por alimentos. A capacitação deve ser comprovada mediante documentação.

4.6.8 Os visitantes devem cumprir os requisitos de higiene e de saúde estabelecidos para os manipuladores.

4.7 MATÉRIAS-PRIMAS, INGREDIENTES E EMBALAGENS

4.7.1 Os serviços de alimentação devem especificar os critérios para avaliação e seleção dos fornecedores de matérias-primas, ingredientes e embalagens. O transporte desses insumos deve ser realizado em condições adequadas de higiene e conservação.

4.7.2 A recepção das matérias-primas, dos ingredientes e das embalagens deve ser realizada em área protegida e limpa. Devem ser adotadas medidas para evitar que esses insumos contaminem o alimento preparado.

4.7.3 As matérias-primas, os ingredientes e as embalagens devem ser submetidos à inspeção e aprovados na recepção. As embalagens primárias das matérias-primas e dos ingredientes devem estar íntegras. A temperatura das matérias-primas e ingredientes que necessitem de condições especiais de conservação deve ser verificada nas etapas de recepção e de armazenamento.

4.7.4 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. Deve ser determinada a destinação final dos mesmos.

4.7.5 As matérias-primas, os ingredientes e as embalagens devem ser armazenados em local limpo e organizado, de forma a garantir proteção contra contaminantes. Devem estar adequadamente acondicionados e identificados, sendo que sua utilização deve respeitar o prazo de validade. Para os alimentos dispensados da obrigatoriedade da indicação do prazo de validade, deve ser observada a ordem de entrada dos mesmos.

4.7.6 As matérias-primas, os ingredientes e as embalagens devem ser armazenados sobre paletes, estrados e ou prateleiras, respeitando- se o espaçamento mínimo necessário para garantir adequada ventilação, limpeza e, quando for o caso, desinfecção do local. Os paletes, estrados e ou prateleiras devem ser de material liso, resistente, impermeável e lavável.

4.8 PREPARAÇÃO DO ALIMENTO

4.8.1 As matérias-primas, os ingredientes e as embalagens utilizados para preparação do alimento devem estar em condições higiênico-sanitárias adequadas e em conformidade com a legislação específica.

4.8.2 O quantitativo de funcionários, equipamentos, móveis e ou utensílios disponíveis devem ser compatíveis com volume, diversidade e complexidade das preparações alimentícias.

4.8.3 Durante a preparação dos alimentos, devem ser adotadas medidas a fim de minimizar o risco de contaminação cruzada. Deve-se evitar o contato direto ou indireto entre alimentos crus, semipreparados e prontos para o consumo.

4.8.4 Os funcionários que manipulam alimentos crus devem realizar a lavagem e a anti-sepsia das mãos antes de manusear alimentos preparados.

4.8.5 As matérias-primas e os ingredientes caracterizados como produtos 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.

4.8.6 Quando as matérias-primas e os ingredientes não forem utilizados em sua totalidade, devem ser adequadamente acondicionados e identificados com, no mínimo, as seguintes informações: designação do produto, data de fracionamento e prazo de validade após a abertura ou retirada da embalagem original.

4.8.7 Quando aplicável, antes de iniciar a preparação dos alimentos, deve-se proceder à adequada limpeza das embalagens primárias das matérias-primas e dos ingredientes, minimizando o risco de contaminação.

4.8.8 O tratamento térmico deve garantir que todas as partes do alimento atinjam a temperatura de, no mínimo, 70ºC (setenta graus Celsius). Temperaturas inferiores podem ser utilizadas no tratamento térmico desde que as combinações de tempo e temperatura sejam suficientes para assegurar a qualidade higiênico-sanitária dos alimentos.

4.8.9 A eficácia do tratamento térmico deve ser avaliada pela verificação da temperatura e do tempo utilizados e, quando aplicável, pelas mudanças na textura e cor na parte central do alimento.

4.8.10 Para os alimentos que forem submetidos à fritura, além dos controles estabelecidos para um tratamento térmico, deve-se instituir medidas que garantam que o óleo e a gordura utilizados não constituam uma fonte de contaminação química do alimento preparado.

4.8.11 Os óleos e gorduras utilizados devem ser aquecidos a temperaturas não superiores a 180ºC (cento e oitenta graus Celsius), sendo substituídos imediatamente sempre que houver alteração evidente das características físico-químicas ou sensoriais, tais como aroma e sabor, e formação intensa de espuma e fumaça.

4.8.12 Para os alimentos congelados, antes do tratamento térmico, deve-se proceder ao descongelamento, a fim de garantir adequada penetração do calor. Excetuam-se os casos em que o fabricante do alimento recomenda que o mesmo seja submetido ao tratamento térmico ainda congelado, devendo ser seguidas as orientações constantes da rotulagem.

4.8.13 O descongelamento deve ser conduzido de forma a evitar que as áreas superficiais dos alimentos se mantenham em condições favoráveis à multiplicação microbiana. O descongelamento deve ser efetuado em condições de refrigeração à

temperatura inferior a 5ºC (cinco graus Celsius) ou em forno de microondas quando o alimento for submetido imediatamente à cocção.

4.8.14 Os alimentos submetidos ao descongelamento devem ser mantidos sob refrigeração se não forem imediatamente utilizados, não devendo ser recongelados.

4.8.15 Após serem submetidos à cocção, os alimentos preparados devem ser mantidos em condições de tempo e de temperatura que não favoreçam a multiplicação microbiana. Para conservação a quente, os alimentos devem ser submetidos à temperatura superior a 60ºC (sessenta graus Celsius) por, no máximo, 6 (seis) horas. Para conservação sob refrigeração ou congelamento, os alimentos devem ser previamente submetidos ao processo de resfriamento.

4.8.16 O processo de resfriamento de um alimento preparado deve ser realizado de forma a minimizar o risco de contaminação cruzada e a permanência do mesmo em temperaturas que favoreçam a multiplicação microbiana. A temperatura do alimento preparado deve ser reduzida de 60ºC (sessenta graus Celsius) a 10ºC (dez graus Celsius) em até duas horas. Em seguida, o mesmo deve ser conservado sob refrigeração a temperaturas inferiores a 5ºC (cinco graus Celsius), ou congelado à temperatura igual ou inferior a -18ºC (dezoito graus Celsius negativos).

4.8.17 O prazo máximo de consumo do alimento preparado e conservado sob refrigeração a temperatura de 4ºC (quatro graus Celsius), ou inferior, deve ser de 5 (cinco) dias. Quando forem utilizadas temperaturas superiores a 4ºC (quatro graus Celsius) e inferiores a 5ºC (cinco graus Celsius), o prazo máximo de consumo deve ser reduzido, de forma a garantir as condições higiênico-sanitárias do alimento preparado.

4.8.18 Caso o alimento preparado seja armazenado sob refrigeração ou congelamento deve-se apor no invólucro do mesmo, no mínimo, as seguintes informações: designação, data de preparo e prazo de validade. A temperatura de armazenamento deve ser regularmente monitorada e registrada.

4.8.19 Quando aplicável, os alimentos a serem consumidos crus devem ser submetidos a processo de higienização a fim de reduzir a contaminação superficial. Os produtos utilizados na higienização dos alimentos devem estar regularizados no órgão competente do Ministério da Saúde e serem aplicados de forma a evitar a presença de resíduos no alimento preparado.

4.8.20 O estabelecimento deve implementar e manter documentado o controle e garantia da qualidade dos alimentos preparados.

4.9 ARMAZENAMENTO E TRANSPORTE DO ALIMENTO PREPARADO

4.9.1 Os alimentos preparados mantidos na área de armazenamento ou aguardando o transporte devem estar identificados e protegidos contra contaminantes. Na identificação deve constar, no mínimo, a designação do produto, a data de preparo e o prazo de validade.

4.9.2 O armazenamento e o transporte do alimento preparado, da distribuição até a entrega ao consumo, deve ocorrer em condições de tempo e temperatura que não comprometam sua qualidade higiênico-sanitária. A temperatura do alimento preparado deve ser monitorada durante essas etapas.

4.9.3 Os meios de transporte do alimento preparado devem ser higienizados, sendo adotadas medidas a fim de garantir a ausência de vetores e pragas urbanas. Os veículos devem ser dotados de cobertura para proteção da carga, não devendo transportar outras cargas que comprometam a qualidade higiênico-sanitária do alimento preparado.

4.10 EXPOSIÇÃO AO CONSUMO DO ALIMENTO PREPARADO

4.10.1 As áreas de exposição do alimento preparado e de consumação ou refeitório devem ser mantidas organizadas e em adequadas condições higiênico-sanitárias. Os equipamentos, móveis e utensílios disponíveis nessas áreas devem ser compatíveis com as atividades, em número suficiente e em adequado estado de conservação.

4.10.2 Os manipuladores devem adotar procedimentos que minimizem o risco de contaminação dos alimentos preparados por meio da anti-sepsia das mãos e pelo uso de utensílios ou luvas descartáveis.

4.10.3 Os equipamentos necessários à exposição ou distribuição de alimentos preparados sob temperaturas controladas, devem ser devidamente dimensionados, e estar em adequado estado de higiene, conservação e funcionamento. A temperatura desses equipamentos deve ser regularmente monitorada.

4.10.4 O equipamento de exposição do alimento preparado na área de consumação deve dispor de barreiras de proteção que previnam a contaminação do mesmo em decorrência da proximidade ou da ação do consumidor e de outras fontes.

4.10.5 Os utensílios utilizados na consumação do alimento, tais como pratos, copos, talheres, devem ser descartáveis ou, quando feitos de material não-descartável, devidamente higienizados, sendo armazenados em local protegido.

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

4.10.7 A área do serviço de alimentação onde se realiza a atividade de recebimento de dinheiro, cartões e outros meios utilizados para o pagamento de despesas, deve ser reservada. Os funcionários responsáveis por essa atividade não devem manipular alimentos preparados, embalados ou não.

4.11 DOCUMENTAÇÃO E REGISTRO

4.11.1 Os serviços de alimentação devem dispor de Manual de Boas Práticas e de Procedimentos Operacionais Padronizados. Esses documentos devem estar acessíveis aos funcionários envolvidos e disponíveis à autoridade sanitária, quando requerido.

4.11.2 Os POP devem conter as instruções seqüenciais das operações e a freqüência de execução, especificando o nome, o cargo e ou a função dos responsáveis pelas atividades. Devem ser aprovados, datados e assinados pelo responsável do estabelecimento.

4.11.3 Os registros devem ser mantidos por período mínimo de 30 (trinta) dias contados a partir da data de preparação dos alimentos.

4.11.4 Os serviços de alimentação devem implementar Procedimentos Operacionais Padronizados relacionados aos seguintes itens:

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.

4.11.5 Os POP referentes às operações de higienização de instalações, equipamentos e móveis devem 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 aplicável, os POP devem contemplar a operação de desmonte dos equipamentos.

4.11.6 Os POP relacionados ao controle integrado de vetores e pragas urbanas devem contemplar as medidas preventivas e corretivas destinadas a impedir a atração, o abrigo, o acesso e ou a proliferação de vetores e pragas urbanas. No caso da adoção de controle químico, o estabelecimento deve apresentar comprovante de execução de serviço fornecido pela empresa especializada contratada, contendo as informações estabelecidas em legislação sanitária específica.

4.11.7 Os POP referentes à higienização do reservatório devem especificar as informações constantes do item 4.11.5, mesmo

quando realizada por empresa terceirizada e, neste caso, deve ser apresentado o certificado de execução do serviço.

4.11.8 Os POP relacionados à higiene e saúde dos manipuladores devem contemplar as etapas, a freqüência e os princípios ativos usados na lavagem e anti-sepsia das mãos dos manipuladores, assim como as medidas adotadas nos casos em que os manipuladores apresentem lesão nas mãos, sintomas de enfermidade ou suspeita de problema de saúde que possa comprometer a qualidade higiênicosanitária dos alimentos. Deve-se especificar os exames aos quais os manipuladores de alimentos são submetidos, bem como a periodicidade de sua execução. O programa de capacitação dos manipuladores em higiene deve ser descrito, sendo determinada a carga horária, o conteúdo programático e a freqüência de sua realização, mantendo-se em arquivo os registros da participação nominal dos funcionários.

4.12. RESPONSABILIDADE

4.12.1. O responsável pelas atividades de manipulação dos alimentos deve ser o proprietário ou funcionário designado, devidamente capacitado, sem prejuízo dos casos onde há previsão legal para responsabilidade técnica.

4.12.2. O responsável pelas atividades de manipulação dos alimentos deve ser comprovadamente submetido a curso de capacitação, abordando, no mínimo, os seguintes temas:

a) Contaminantes alimentares;
b) Doenças transmitidas por alimentos;
c) Manipulação higiênica dos alimentos;
d) Boas Práticas.

REFERÊNCIAS

https://www.tuasaude.com/como-fazer-uma-alimentacao-saudavel-para-emagrecer/>acesso em 26/05/2020

https://consultoradealimentos.com.br/consultoria/tipos-de-servicos-de-alimentacao/>acesso em 26/05/2020

https://blog.ifope.com.br/higiene-e-manipulacao-de-alimentos/>acesso em 26/05/2020

http://blog.consistem.com.br/cuidados-no-controle-de-estoque-de-pereciveis/>acesso em 26/05/2020

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2004/res0216_15_09_2004.html> acesso em 26/05/2020