



UFMT

FACULDADE DE NUTRIÇÃO

Projeto de Extensão “Capacitação de manipuladores em boas práticas para a produção segura de alimentos”



CUIDADOS DOS MANIPULADORES DE ALIMENTOS NO ENFRENTAMENTO À COVID-19

Cuiabá-MT
2020

Mensagem aos manipuladores de alimentos

Queremos reiterar nosso reconhecimento e agradecimento pelo seu trabalho, que neste momento delicado e desafiador que a sociedade enfrenta, representa amor e cuidado com o próximo. Sabemos que para que recebamos refeições em nossas casas você está, muitas vezes, saindo da sua. Assim, nós do projeto de extensão “Capacitação de manipuladores em boas práticas para a produção segura de alimentos”, da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Mato Grosso, esperamos, com este material, auxiliar no desenvolvimento de suas funções, para manter a produção de refeições de maneira segura tanto para você quanto para quem vai consumir os alimentos. A união de nossos esforços é a arma que vence este vírus e nos ensina tantas outras lições que levaremos para a vida.

Equipe do projeto de extensão “Capacitação de manipuladores em boas práticas para a produção segura de alimentos”.

Abril, 2020.

Índice

Cuidados gerais.....	4
Passo 1: Antes de sair de casa.....	6
Passo 2: No trajeto ao trabalho.....	7
Passo 3: Ao chegar ao trabalho.....	10
Passo 4: Na manipulação dos alimentos (informações prévias).....	11
Passo 5: Na manipulação dos alimentos (Recebimento/Armazenamento).....	12
Passo 6: Na manipulação dos alimentos (Produção).....	15
Passo 7: Na Distribuição (Consumo no local).....	20
Passo 8: Na Distribuição (<i>Delivery</i>).....	25
Passo 9: Cuidados quanto ao manipulador.....	28
Passo 10: Na higienização ambiental	32

Cuidados gerais

Entendendo que os cuidados com a saúde do manipulador de alimentos e da população que faz uso dos serviços de alimentação envolve responsabilidades da empresa e do manipulador, elencamos, inicialmente, alguns cuidados gerais:

EMPRESA:

- Manter sanitários limpos, com lavatórios com torneira acionada preferencialmente sem contato manual, sabonete líquido, álcool gel 70%, papel toalha não reciclado e lixeira com tampa e pedal;
- Dispor de lavatórios dotados dos produtos necessários também nas áreas de manipulação de alimentos;
- Manter a limpeza e desinfecção dos equipamentos de proteção individual (EPI);
- Disponibilizar aos funcionários uniformes em número suficiente para a troca diária.



Fonte: <https://www.freepik.com>

Cuidados gerais

MANIPULADOR DE ALIMENTOS:

- Lavar as mãos ao chegar ao trabalho, a qualquer troca de atividade e após utilizar o sanitário;
- Manter a guarda e a conservação adequadas dos EPI;
- Utilizar o uniforme e trocá-lo diariamente;
- Manter a distância de outras pessoas (pelo menos 2 metros), evitando o contato físico (beijos, abraços e apertos de mãos).



Passo 1: Antes de sair de casa:

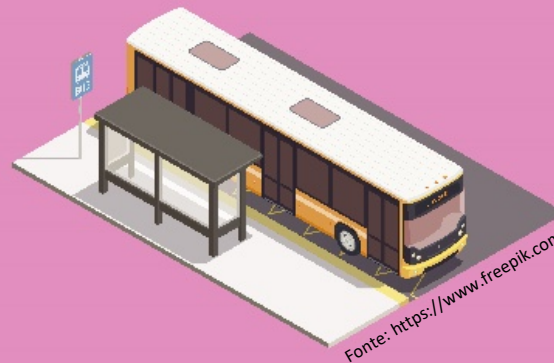
Para facilitar a rotina e garantir a segurança, antes de sair de casa, faça o seguinte *checklist*:

- Estou utilizando máscara? (Decreto MT nº 437/2020)
- Estou levando uniforme limpo e completo? (calça/blusa/sapato)
- Estou portando álcool 70%? (se tiver disponível)
- Se tenho cabelos compridos, prendi antes de sair?
- Retirei todos os adornos (anéis, brincos, pulseiras, relógios)?
- Higienizei as mãos? (Lavagem com água e sabão e, se possível, álcool 70% em seguida)



Fonte: <https://www.freepik.com>

Passo 2: No trajeto ao trabalho



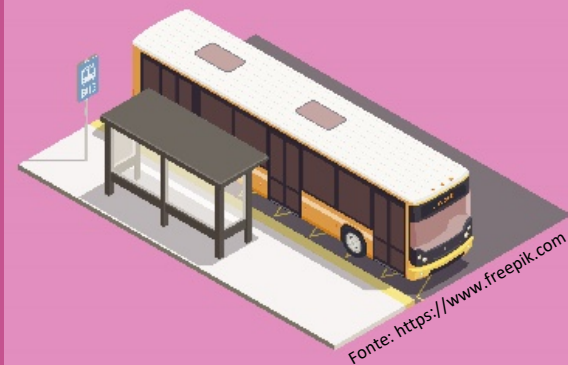
<https://br.vexels.com/png-svg/previsualizar/146246/carro-com-espuma-icone>

- Ao sair de casa é essencial lavar as mãos e evitar o contato delas com o rosto;
- Evite tocar objetos, **INCLUSIVE O CELULAR**, pois uma das formas de contaminação se dá através do contato com superfícies contaminadas;
- Se houver contato, utilize álcool gel 70% em seguida.

Passo 2: No trajeto ao trabalho

Transporte público:

- Evite aglomerações, tanto no ponto quanto dentro do ônibus;
- Mantenha distância de, pelo menos, 2 metros de outras pessoas;
- Se possível, utilize álcool 70% nas mãos se tocar em qualquer superfície do ônibus;
- Dê preferência por utilizar cartões ao invés de dinheiro para pagamento.



Passo 2: No trajeto ao trabalho

Veículo próprio ou transporte por aplicativo:

- Higienize todas as superfícies que serão tocadas (como chave, maçanetas externas e internas, volante, marcha, freio de mão e guidão e capacete, em caso de motos) e passe álcool gel 70% nas mãos em seguida;
- Preferencialmente mantenha a janela aberta;
- No caso de transporte por aplicativo prefira utilizar o próprio aplicativo como meio de pagamento.



<https://br.vexels.com/png-svg/previsualizar/146246/carro-com-espuma-icone>



Fonte: <https://www.freepik.com>

Passo 3: Ao chegar ao trabalho

- Lave imediatamente as mãos e antebraços com água e sabão, e em seguida, utilize álcool gel 70%;
- Após o uso do álcool gel 70%, aguarde 20 a 30 segundos ou até a secagem completa das mãos;
- Se possível, tome banho ao chegar no local de trabalho;
- Tire a roupa e sapato, guarde em embalagens fechadas, lave novamente as mãos e coloque o uniforme completo limpo, que deverá ser utilizado somente dentro das dependências da empresa e trocado diariamente.



Passo 4: Na manipulação dos alimentos

Informações prévias

Não há evidências científicas que comprovem que o coronavírus possa ser transmitido através dos alimentos. Mas, superfícies contaminadas podem veicular o vírus. Assim, deve-se ter especial atenção com a higienização ambiental e dos equipamentos e utensílios.

Além disso, a adoção das boas práticas contribui para a prevenção da transmissão do vírus pelas formas já sabidamente conhecidas e para evitar a ocorrência de doenças transmitidas por alimentos (DTA) que também podem gerar a necessidade de hospitalizações.

**SALIENTA-SE QUE TODOS OS CUIDADOS PREVISTOS NA RDC ANVISA N°
216/2004 DEVEM SER SEGUIDOS.**

Passo 5: Na manipulação dos alimentos

Recebimento e Armazenamento



Fonte: <https://www.freepik.com>

- Lembre-se que a pessoa que fará o recebimento deve higienizar as mãos antes e depois desta tarefa;

- Retire todos os produtos das caixas de papelão e madeira e transfira os hortifruti da caixa do fornecedor para as caixas próprias do serviço, previamente higienizadas. Nunca coloque ou armazene os alimentos diretamente sobre o chão.

Passo 5: Na manipulação dos alimentos

Recebimento e Armazenamento

Quanto à higienização das embalagens:

- Lave com água e sabão embalagens como vidros, plásticos e latas. Se possível, passe álcool 70% em seguida;
- Desinfete sacarias e embalagens cartonadas com álcool 70% ou solução clorada (diluída e utilizada de acordo com a recomendação do fabricante).

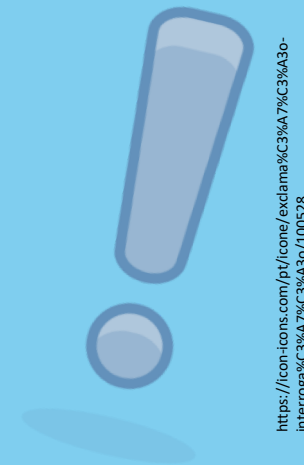


<https://images.vexels.com/media/users/3/160046/isolated/preview/31bcab0f7d6fa7c5b755b8689d933702-garrafa-de-vidro-de-leite-liso-by-vexels.png>

Passo 5: Na manipulação dos alimentos

Recebimento e Armazenamento

Após cada recebimento, a área de recebimento (separada da área de manipulação de alimentos) deve ser higienizada, já que o vírus permanece por tempo variado em cada superfície, podendo ser carregado através das embalagens dos produtos;



Os demais setores devem ter igual atenção quanto à frequência de higienização, já que em superfícies como plástico e aço inox, comumente utilizadas em bancadas e utensílios, o vírus pode persistir desde algumas horas até muitos dias.

Passo 6: Na manipulação dos alimentos

Produção

ATENÇÃO:

Higienize as mãos antes de manipular os alimentos!

O uso de luvas em UAN não é uma exigência e seu uso não isenta o manipulador de realizar a higienização das mãos. Mas, as luvas podem ser utilizadas na manipulação ou distribuição de alimentos prontos para o consumo.



Passo 6: Na manipulação dos alimentos

Produção



Fonte: <https://www.freepik.com>

Em situações rotineiras, as máscaras não são recomendadas em serviços de alimentação, pois se utilizadas de maneira inadequada podem facilitar a permanência de vírus e bactérias.

Mas, devido à atual pandemia do coronavírus, e considerando que se trata de um vírus de transmissão respiratória, em Mato Grosso o Decreto nº 437/2020 determinou utilização de máscaras por colaboradores de estabelecimentos públicos e privados. Assim:

- a) Ao colocar a máscara, ajuste-a para cobrir a boca e o nariz;
- b) Evite tocar na máscara enquanto estiver em uso e para removê-la, o faça pelas laterais;
- c) Substitua a máscara frequentemente (30 minutos) e não reutilize máscaras descartáveis;
- d) Higienize as mãos quando colocar e retirar a máscara.

Passo 6: Na manipulação dos alimentos

Produção



Fonte: <https://www.freepik.com>

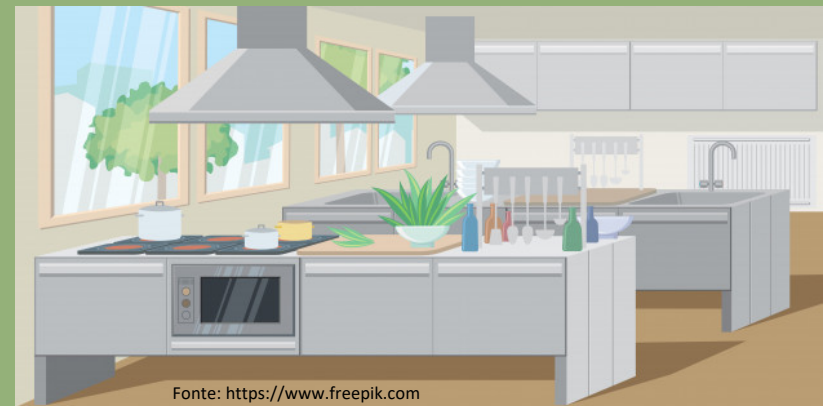
IMPORTANTE: O Ministério da Saúde recomenda que máscaras cirúrgicas e a N95/PFF2 sejam priorizadas para os profissionais de saúde.

Assim, para utilização das máscaras caseiras (de tecido), é importante seguir as orientações do Ministério da Saúde para confecção (NOTA INFORMATIVA N. 3/2020 CGGAP/ DESF/SAPS/MS).

Passo 6: Na manipulação dos alimentos

Produção

Lave frutas, verduras e legumes antes do armazenamento em água corrente, desinfete com solução clorada de 2 a 2,5% (diluída de acordo com a recomendação do fabricante) e enxague;



Atente-se ao controle de tempo X temperatura na etapa de pré-preparo para evitar a multiplicação de microrganismos.

Passo 6: Na manipulação dos alimentos

Produção



Fonte: <https://www.freepik.com>

- Lembre-se que o vírus é sensível ao calor. Assim, a cocção dos alimentos deve garantir que todas as suas partes atinjam 70° C;
- Evite o contato entre alimentos crus e alimentos cozidos.

Passo 7: Na distribuição

Consumo no local

O momento da distribuição necessita de atenção especial porque nesta etapa o alimento não sofrerá nenhum outro processo capaz de eliminar novos perigos.

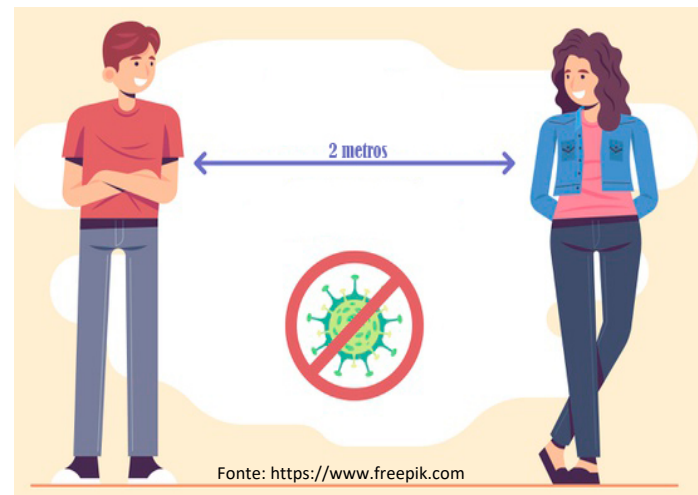


Na atual pandemia de COVID-19, o consumo no local não é permitido para restaurantes comerciais, mas algumas unidades de alimentação e nutrição institucionais (de indústrias em funcionamento por exemplo) têm mantido o atendimento em seus refeitórios. Neste caso, é importante que medidas sejam tomadas para evitar aglomerações.

Passo 7: Na distribuição Consumo no local

Possíveis alternativas para evitar aglomerações:

- Ampliar horário de atendimento;
- Definir horário exclusivo para grupos de risco;
- Fracionar os clientes em turnos;
- Substituir o fornecimento de refeições por entrega de cestas de alimentos ou marmitas, adotando estratégias para evitar filas;
- Substituir o autosserviço/bufê por prato feito/marmitas ou, no mínimo, evitar o manuseio livre dos talheres de servir (uso de luvas ou papel toalha pelos clientes).



Passo 7: Na distribuição Consumo no local

- É importante a disposição de lavatório dotado dos produtos necessários para lavagem das mãos e álcool gel 70% na entrada do estabelecimento;



Fonte: <https://www.freepik.com>

- Manter o refeitório ventilado, abrindo portas e janelas e utilizar estratégias para manter o distanciamento das pessoas (pelo menos 2 metros) durante a espera na fila, distribuição e consumo das refeições;

Passo 7: Na distribuição Consumo no local

- Determinar um tempo médio de permanência no refeitório, a fim de garantir o consumo adequado da refeição mas desestimular a permanência desnecessária no local.

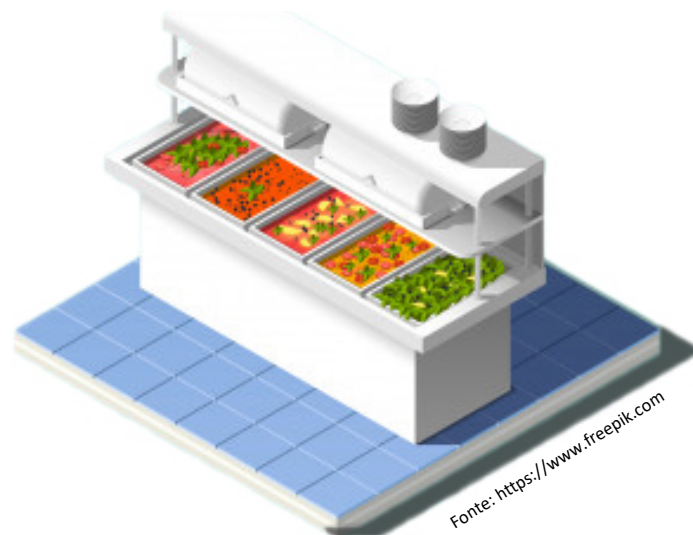
Sugestão: 20 a 30 minutos



Retirar qualquer tipo de objeto de cima das mesas (saleiros, galheteiros, jogos americanos, *displays* de propaganda);

Passo 7: Na distribuição Consumo no local

- Manter as barreiras físicas dos balcões de distribuição e a abertura mínima das cubas para evitar que gotículas de saliva possam atingir os alimentos;
- Na medida do possível, manter o mínimo de colaboradores necessários ao porcionamento das refeições;
- Manter os alimentos aquecidos no balcão a pelo menos 60°C.



Passo 8: Na distribuição

Delivery

O delivery de refeições é uma das estratégias utilizadas para evitar aglomerações nos serviços de alimentação, assim prevenindo o contágio da COVID-19.



Assim, alguns cuidados devem ser tomados tanto pelo entregador quanto pelo consumidor nesse tipo de serviço.

Passo 8: Na distribuição

Delivery

- Não utilize adornos e acessórios como brincos, pulseiras, anéis, alianças, colares e relógios;
- Não leve as mãos ao rosto;
- Evite tossir, espirrar e falar durante o transporte do alimento;

Entregador:



Fonte: <https://www.freepik.com>

- Mantenha o veículo utilizado para entrega sempre limpo e as superfícies que serão tocadas desinfetadas com álcool 70%, assim como as caixas térmicas que deverão ser higienizadas a cada uso.

Passo 8: Na distribuição

Delivery

Entregador:

- Lave as mãos e passe álcool gel 70% antes e após cada rota de entrega;
- Tenha consigo álcool gel 70% e utilize-o antes de tocar nas embalagens dos alimentos e após o manuseio de dinheiro/maquineta de cartão;
- Proteja a maquineta com papel filme ou contato e passe álcool 70% a cada uso;
- Procure não deixar a refeição sobre o chão;
- Seja cordial e fale somente o necessário.

Passo 9: Cuidados quanto ao manipulador

Manipulador de alimentos

Mantenha o asseio pessoal, com cabelos presos, sem uso de barba, com unhas curtas, sem esmalte e não use adornos. Além disso, lembre-se que você não deve fumar, falar desnecessariamente, cantar, assobiar, espirrar, cuspir, tossir, comer, manipular dinheiro ou praticar outros atos que possam contaminar o alimento, durante as etapas de manipulação.



Fonte: <http://www.gestaoescolar.diaadia.pr.gov.br/>

- Manipuladores que apresentem febre ou qualquer sintoma respiratório devem ser imediatamente afastados da unidade. Assim, informe o seu supervisor neste caso!
- Mantenha distância de pelo menos 2 metros de outras pessoas.

Passo 9: Cuidados quanto ao manipulador



Fonte: <https://www.freepik.com>

A capacitação dos manipuladores de alimentos continua assumindo destaque! Assim, é importante que você conheça as principais informações sobre esta pandemia, incluindo os principais sinais e sintomas e como as boas práticas são aliadas no combate à COVID-19.

Informações também podem ser acessadas na página oficial do Ministério da Saúde, clicando no link abaixo:

<https://coronavirus.saude.gov.br>

Passo 9: Cuidados quanto ao manipulador

A lavagem das mãos, adotando o procedimento correto e a frequência adequada é essencial para a prevenção da contaminação. O estabelecimento deve afixar cartazes contendo o procedimento adequado para higienização das mãos.



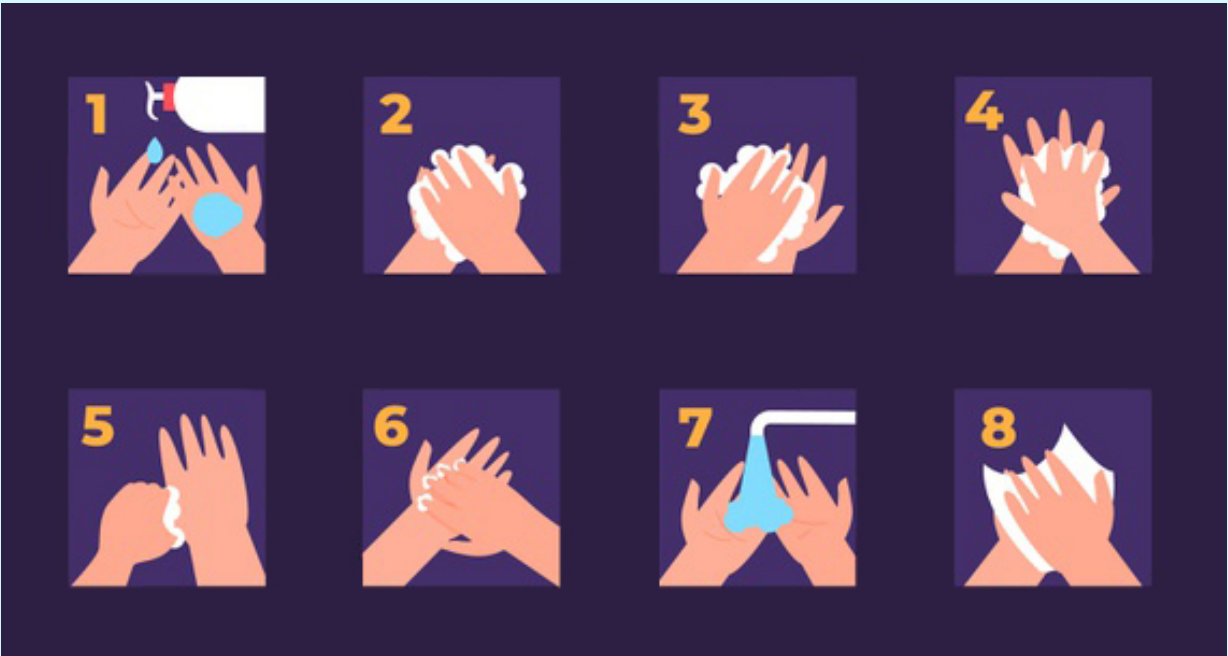
Fonte: <https://www.freepik.com>

Higienize as mãos quando:

- Chegar ao trabalho;
- Entregar mercadorias;
- Antes e após manipular alimentos;
- Após qualquer interrupção do serviço;
- Após tocar materiais contaminados;
- Após usar o sanitário;
- Sempre que necessário.

Passo 9: Cuidados quanto ao manipulador

Procedimento para lavagem das mãos:



Fonte: <https://www.freepik.com>

Acesse o passo a passo para a lavagem de mãos recomendada pela ANVISA:
http://www.anvisa.gov.br/servicosade/controle/higienizacao_simplesmao.pdf
Lembre-se de finalizar passando álcool gel 70%.

Passo 10: Na higienização ambiental

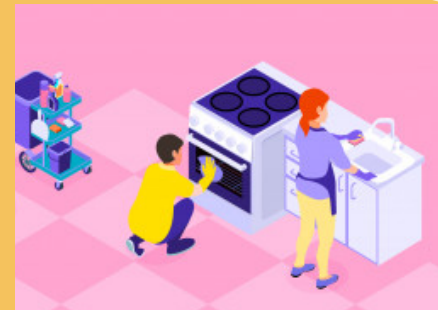
A higienização do ambiente é um importante aliado no combate à COVID-19. Assim, lembre-se que:



- É importante ter um funcionário específico para as atividades de higienização e **UTILIZAR LUVAS PARA OS PROCESSOS DE HIGIENIZAÇÃO**;
- A higienização de áreas comuns, como refeitórios, vestiários e sanitários, deve ter sua frequência aumentada, pois nestes locais há intensa circulação;
- Deve-se aumentar a frequência de higienização de equipamentos e mobiliários cuja frequência até então não era diária;

Passo 10: Na higienização ambiental

- Móveis, utensílios e superfícies que entram em contato com o manipulador devem ser higienizados antes e depois da manipulação;
- Higienizar as superfícies (processo que envolve a lavagem com água e detergente + a desinfecção). A desinfecção pode ser realizada com álcool 70%, produtos profissionais específicos para este fim, ou ainda, com solução clorada a 0,1% (neste caso, realizar enxague final para superfícies que entram em contato com os alimentos);
- Solução clorada 0,1%: 5 colheres de sopa de hipoclorito de sódio com teor de cloro ativo de 2 a 2,5% (água sanitária), para 1 litro de água.



Fonte: <https://www.freepik.com>

ATENÇÃO: Jamais utilize álcool 70% em superfícies quentes tais como fogão, forno, fritadeira, chapa, caldeira e coifa.

Passo 10: Na higienização ambiental

- Materiais utilizados para a higienização dos sanitários devem ser de uso exclusivo para tal.



- Utilize somente saneantes autorizados pelo Ministério da Saúde nas operações de higienização no serviço de alimentação;
- Certificar-se do perfeito funcionamento da máquina de lavar (temperatura de lavagem e enxague, quantidade de sabão). Quando o estabelecimento não tiver este equipamento, deixar secar naturalmente, ou na impossibilidade, garantir a secagem dos utensílios com panos descartáveis e, em seguida, fazer a desinfecção com álcool 70%;

E lembre-se: varrer a seco não é permitido pela legislação sanitária para serviços de alimentação, pois este procedimento deixa partículas em suspensão no ar.

E quando voltar para casa:

- Tome os mesmos cuidados no trajeto, seja utilizando o transporte público ou o próprio;
- Tire o sapato antes de entrar em casa;
- Lave as mãos;
- Tome banho e troque de roupa;
- Desinfete os objetos que você levou consigo (chaves e celulares, por exemplo).

Tão importante quanto cuidar da saúde do próximo é cuidar da nossa própria saúde e de nossa família.

Referências

ABRANCHES, M. V.; OLIVEIRA, T. C.; SANTOS, V. S. Estratégias para adaptação da produção, comercialização e gestão de estabelecimentos do setor de alimentos. São Carlos, SP: Editora Scienza, 2020.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NUTRIÇÃO. **Guia para uma alimentação saudável em tempos de COVID-19**. 2020.

BRASIL. Resolução RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004. Dispõe sobre Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação. **Diário Oficial da União**. Brasília, set. 2004.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Nota Técnica nº23/2020/SEI/GGALI/DIRE2/ANVISA**. Brasília, 2020.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Medidas de prevenção. O novo coronavírus pode ser transmitido por alimentos? Março, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Saúde da Família. Coordenação-Geral de Garantia dos Atributos da Atenção Primária. Nota informativa n. 3/2020 CGGAP/ DESF/SAPS/MS. 2020.

CONSELHO FEDERAL E REGIONAIS DE NUTRICIONISTAS. **Recomendações do CFN**: Boas Práticas para a atuação do nutricionista e técnico em nutrição e dietética durante a pandemia do novo Coronavírus (Covid-19). Brasília, 3 ed. revisada e ampliada, mar. 2020.

CONSELHO REGIONAL DE NUTRICIONISTAS - 8º REGIÃO. Alimentação coletiva e o coronavírus (COVID-19). Março, 2020. Disponível em: < <https://www.crn8.org.br/noticia/alimentacao-coletiva-e-o-coronavirus-covid-19/907>>.

KAMPF, G.; TODT, D.; PFAENDER, S.; STEINMANN, E. Persistence of coronaviruses on inanimate surfaces and their inactivation with biocidal agents. Journal of Hospital Infection. 2020; 104: 246-251.

OLIVEIRA, T. C.; ABRANCHES, M. V.; LANA, R. M. (In)Segurança alimentar no contexto da pandemia por SARS-CoV-2. **Cad. Saúde Pública**, Rio Paranaíba, 2020.

OLIVEIRA, D. A.; MELO, M. A. Cartilha orientação para serviços de alimentação delivery. Coronavírus (COVID-19). Abril, 2020.

SÃO PAULO (ESTADO). Portaria CVS nº 05, de 9 de abril de 2013. Aprova o regulamento técnico sobre boas práticas para estabelecimentos comerciais de alimentos e para serviços de alimentação, e o roteiro de inspeção, anexo. **Diário Oficial do Estado de São Paulo**. São Paulo, 19 abr. 2013, p. 32.

SÃO PAULO (CIDADE). Portaria SMS nº 2.619, de 6 de dezembro de 2011. Regulamento de Boas Práticas e de Controle de condições sanitárias e técnicas das atividades relacionadas à importação, exportação, extração, produção, manipulação, beneficiamento, acondicionamento, transporte, armazenamento, distribuição, embalagem, reembalagem, fracionamento, comercialização e uso de alimentos, águas minerais e de fontes, bebidas, aditivos e embalagens para alimentos. **DOC**, São Paulo, dez. 2011, p. 23.

SILVA JÚNIOR, Eneo Alves da. Manual de controle higiênico sanitário em serviços de alimentação. 7. ed. São Paulo: Varela, 2014.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE. Departamento de Nutrição. **Orientações para o Serviço de Delivery de Alimentos em Tempos de COVID-19**. [s.l.], 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Home care for patients with COVID-19 presenting with mild symptoms and management of their contacts. Interim guidance. 17 March 2020.



UFMT

FACULDADE DE NUTRIÇÃO

Projeto de Extensão

“Capacitação de manipuladores em boas práticas para a produção segura de alimentos”

MEMBROS DO PROJETO:

DISCENTES:

Gabriela Eliza Ribeiro da Silva
Joyce Aparecida da Cruz Ferreira
Letícia Helena Ferreira Montenegro
Maria Thainara Gomes da Silva
Mayara Xavier dos Santos
Nayara dos Santos Ferreira
Stephanie de Aquino Silva
Wellen Maria de Oliveira

DOCENTES:

Emanuele Batistela dos Santos - Coordenadora
Andressa Menegaz
Andrea Pissatto Peres
Anna Paula de Matos
Carlos Rodolfo Horn
Letícia Guimarães Perdomo Nascimento
Tarsis de Mattos Maia