

Cartilha de Boas Práticas para Feirantes

Bruna Garofali Simone Draber
Cleber Martins Ribeiro
Éverton Fagonde da Silva
Natacha Deboni Cereser
Paloma da Silva Coelho
Rodrigo Casquero Cunha



Bruna Garofali Simone Draber
Cleber Martins Ribeiro
Éverton Fagonde da Silva
Natacha Deboni Cereser
Paloma da Silva Coelho
Rodrigo Casquero Cunha

Cartilha de Boas Práticas para Feirantes

1ª edição

PELOTAS, RS
2024

Dados dos autores

Es. Bruna Garofali Simone Draber

Médica veterinária

bruna.draber@gmail.com

Es. Cleber Martins Ribeiro

Médico veterinário

bebinhoribeiro72@gmail.com

Dr. Éverton Fagonde da Silva (Editor)

Médico veterinário

fagondee@gmail.com

Dra. Natacha Deboni Cereser

Médica Veterinária

natachacereser@yahoo.com.br

Paloma da Silva Coelho

Graduanda de Medicina Veterinária

paloma.silva40coelho@gmail.com

Dr. Rodrigo Casquero Cunha

Médico Veterinário

rodrigocunha_vet@hotmail.com

Acesso em: <http://wp.ufpel.edu.br/inspleite>

ISBN nº 978-65-01-17994-0

Prefácio

O presente trabalho foi desenvolvido durante o curso de Mestrado em Saúde Única do Programa de Pós-graduação em Veterinária da Universidade Federal de Pelotas.

Essa cartilha foi elaborada com o intuito de demonstrar de forma simples e objetiva as boas práticas que devem ser seguidas em feiras livres, propagando informações essenciais para o bom funcionamento desses serviços, garantindo a venda de um alimento inócuo para o seu consumidor.



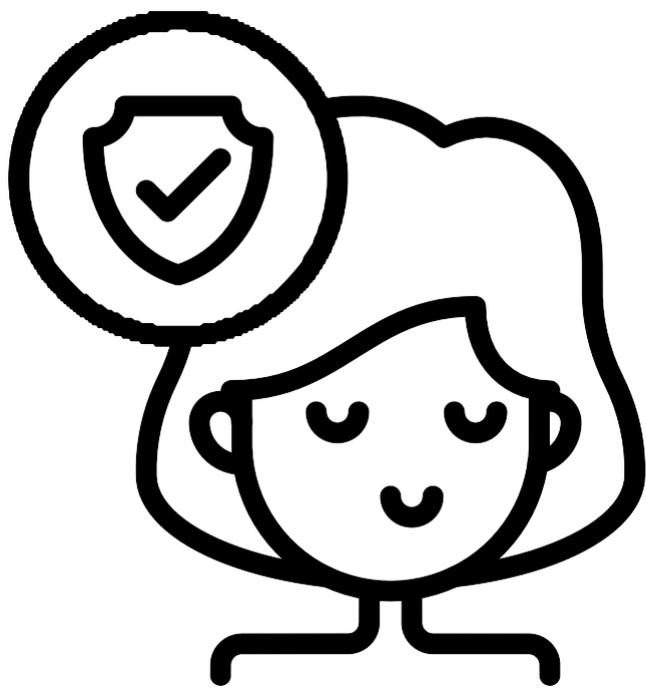
Sumário

Introdução	07
Perigos nos alimentos	08
Doenças de transmissão hídrica e alimentar	09
Conceitos	10
Microrganismos Veiculados por Alimentos	11
Fatores que favorecem a multiplicação de microrganismos	15
Boas Práticas na Produção de Alimentos	16
Equipamentos e utensílios	17
Ambiente de preparo dos produtos	18
Higienização	19
Higienização das mãos	21
Higiene pessoal do manipulador	23
Cuidados com os produtos	25
Curso de Boas Práticas de Manipulação - EAD	27
Referências	28

Introdução

Para entendermos melhor o porquê e como realizar as boas práticas (BP), devemos aprender alguns conceitos e o que pode acontecer se não cumprirmos com a nossa parte em fornecer um alimento seguro para o consumo (inócuo).

Alimentos podem veicular perigos para seus consumidores caso não seja preparados em condições ideais e as boas práticas nos ajudam a manter essas condições.



Perigos nos Alimentos

Físicos - são os materiais estranhos indesejáveis que , por falha na sua fabricação ou preparo, podem ser encontrados no alimento, causando aspecto repugnante ou até ferimentos. Exemplos: pedaços de vidro ou plástico, ossos, pregos, fios de cabelo, entre outros.



Químicos - são substâncias tóxicas, que podem causar algum dano ao consumidor, caso estejam presentes no alimento. Alguns exemplos são produtos químicos deixados pela limpeza do estabelecimento, água sanitária, detergente, inseticida, desengordurante, também pode ocorrer do produto tóxico entrar em contato com o alimento de forma acidental.



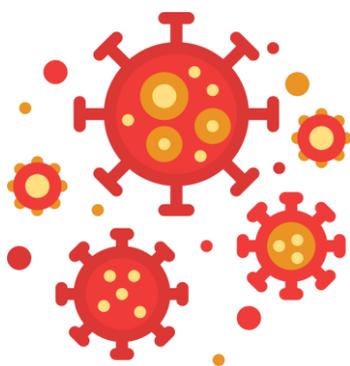
Biológicos - são os organismos vivos que são veiculados pelos alimentos e podem causar doenças, dentre eles bactérias, vírus, fungos e alguns parasitas.



Doenças de Transmissão hídrica e alimentar

Síndrome geralmente constituída de anorexia, náuseas, vômito e/ou diarreia, acompanhada ou não de febre, relacionada à ingestão de água ou alimentos contaminados. Sintomas digestivos não são as únicas manifestações, podendo ocorrer afecções extra intestinais em diferentes órgãos como rins, fígado, sistema nervoso central, entre outros.

Podem ser causadas por bactérias e suas toxinas, vírus, parasitas ou substâncias químicas. O quadro clínico depende do agente etiológico envolvido e varia desde um leve desconforto intestinal até quadros extremamente sérios, podendo levar ao óbito.



Conceitos

Infecção - aquela na qual ocorre a ingestão do microrganismo veiculado pelo alimento ou pela água.

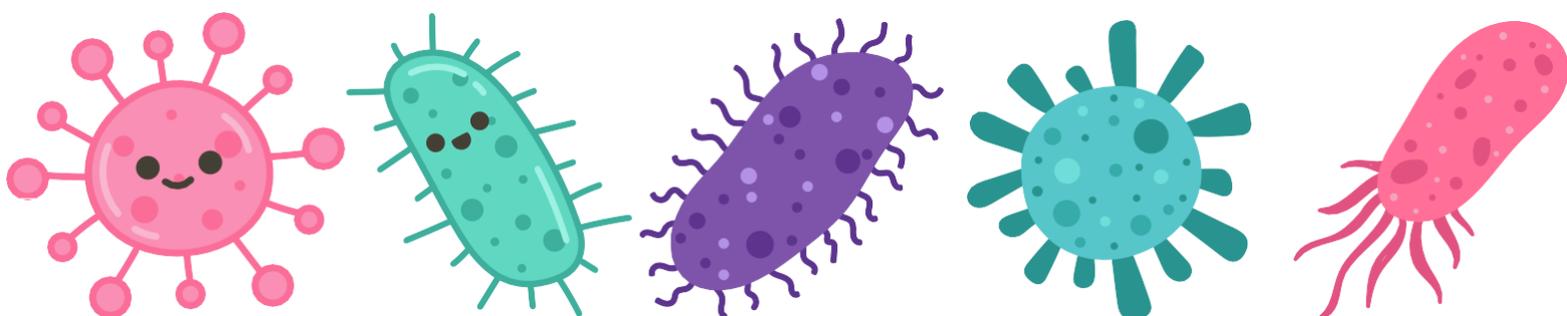
Intoxicação (química ou alimentar) - provocada pela ingestão do alimento contendo a toxina pré-elaborada pelos microrganismos.

Toxicose - ocorre quando o microrganismo produz sua toxina dentro do organismo do indivíduo, causando a doença.



Microrganismos veiculados por alimentos

Esses microrganismos que podem fazer mal para a nossa saúde, são chamados de patógenos e muitas vezes não podem ser vistos a olho nu, mas estão ali presentes no alimento, podendo causar diversos problemas aos seus consumidores.



Bactérias

Alguns exemplos de bactérias e as doenças que causam:

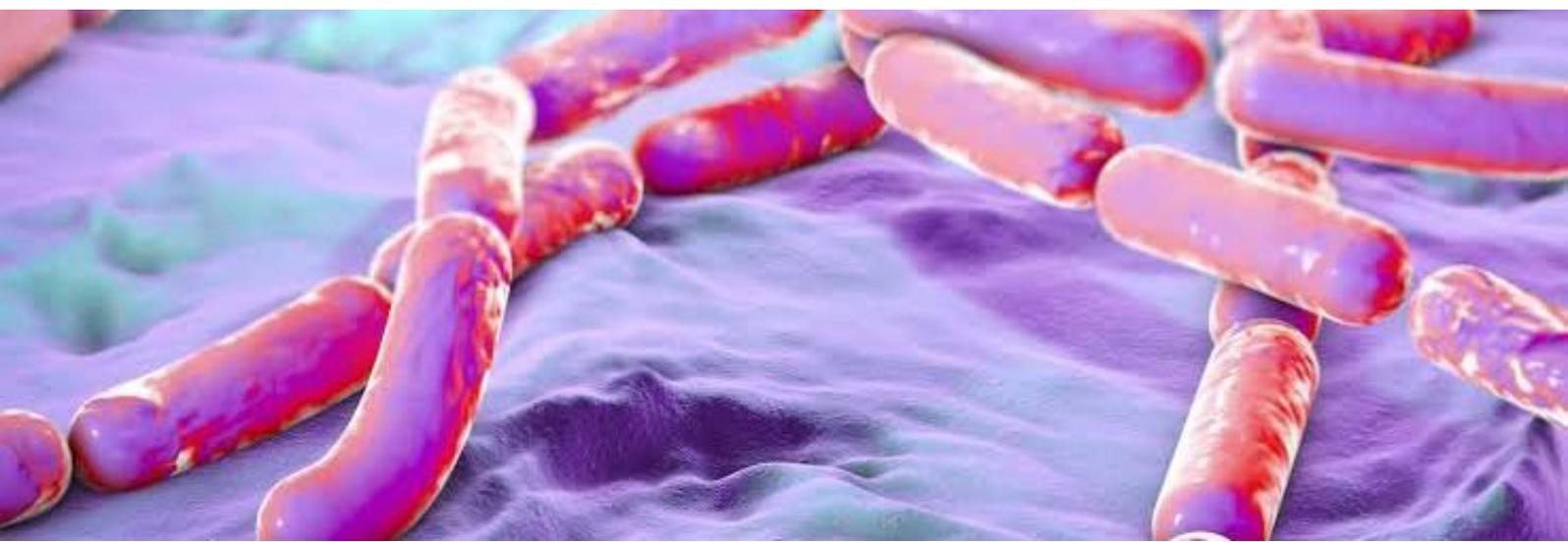
Salmonella spp. (Salmonelose)

Staphylococcus spp. (Intoxicação estafilocócica)

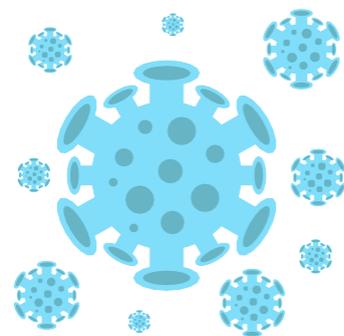
Listeria monocytogenes (Listeriose)

Escherichia coli (Colibacilose)

Bacillus cereus (Gastroenterite diarreica ou emética)



Vírus



Alguns exemplos de vírus e as doenças que causam:

Coronavírus (Covid-19)

Rotavírus (Doença diarreica aguda)

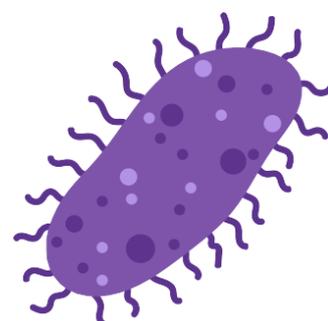
Vírus A (Hepatite A)

Protozoários

Alguns exemplos de protozoários e as doenças que causam:

Entamoeba histolytica (Amebíase)

Giardia lamblia (Giardíase)



Mesmo com diversos microrganismos patogênicos que fazem mal para a nossa saúde, a maioria deles é inofensiva, podendo ser útil em outras áreas, como por exemplo, na produção de vinhos, cervejas, pães e iogurtes.

Também existem aqueles que são deteriorantes, que alteram o cheiro e sabor dos alimentos, tornando-os desagradáveis (bolors por exemplo). A maioria dos patógenos não causam alterações nos alimentos.



Fatores que favorecem a multiplicação de microrganismos

Quando há condições ideais de nutrientes, umidade e temperatura, esses microrganismos se multiplicam rapidamente. Em condições ideais, uma bactéria pode se multiplicar em 130.000 em apenas 6 horas.

Temperatura

Os microrganismos patogênicos podem se multiplicar em temperaturas entre 5°C a 60°C, porém preferem a faixa de temperatura entre 30°C e 37°C. No Brasil, muitos dias do ano tem essa faixa como temperatura ambiente, favorecendo o crescimento.

Umidade

A umidade no alimento é outra condição que pode favorecer o crescimento desses microrganismos, é importante o controle de temperatura para os alimentos perecíveis (com maior atividade de água).

Nutrientes

Como todo o ser vivo, os microrganismos precisam de nutrientes para sobreviver, então os alimentos servem como fonte para eles, por conta disso que o resto de alimentos em bancadas favorece a multiplicação desses patógenos.

Boas Práticas na Produção de Alimentos

Equipamentos e utensílios

Os equipamentos e utensílios que entram em contato com os alimentos, como bancadas, mesas, placas, entre outros, devem:

Ter superfícies lisas e laváveis e estar isentos de superfícies imperfeitas, esses defeitos dificultam a higienização e favorecem o acúmulo de líquidos, sujeiras e restos de alimentos, possibilitando a multiplicação de microrganismos;

É importante observar as recomendações do fabricante sobre a forma de uso dos equipamentos e utensílios a fim de garantir uma melhor conservação e evitar a contaminação dos alimentos por fragmentos ou resíduos tóxicos;

Equipamentos e utensílios

Superfícies como tábuas de corte, bancadas e mesas devem ser mantidas em bom estado de conservação, para não ocorrer acúmulo de líquidos, sujeiras e restos de alimentos;

Utensílio de madeira como tábuas e colheres de pau são proibidos pois não possuem superfície totalmente lisa e podem acumular restos de alimentos.



Ambiente de preparo dos produtos

Um ambiente ideal é aquele que deve se manter limpo e organizado independente do seu tamanho ou capacidade de produção. Sempre mantendo uma rotina de limpeza no local de preparo para evitar sujeira acumulada, o que contribui para multiplicação de microrganismos.

Manter o local com boa iluminação e ventilação, evitando assim um ambiente propício para a proliferação de agentes patogênicos.

No ambiente de preparação, sempre que possível, separar as diferentes atividades, como separar a área de preparo de carnes da área de preparo de saladas, frutas e legumes, essa separação ajuda a evitar que os microrganismos presentes em alimentos crus passem para alimentos prontos para o consumo. Essa transferência de agentes patógenos de um alimento para o outro se chama contaminação cruzada.

Higienização

A higienização das instalações, dos equipamentos e dos utensílios é de extrema importância para inocuidade do alimento. Para eliminar os perigos ali presente, a higienização passa por duas etapas:

Limpeza: é usada para a retirada das sujeiras visíveis, como restos de alimentos, com utensílios próprios, em seguida a superfície tem que ser lavada com produto apropriado para a retirada mais profunda da sujeira, por último ocorre o enxague, eliminando os resíduos do produto;

Desinfecção: esta é a etapa para eliminar os microrganismos, porém só é eficiente se a primeira foi realizada de forma correta, os resíduos de gordura prejudicam a ação dos desinfetantes, por isso, superfícies com maior acúmulo de gordura precisam de mais atenção na hora da lavagem. Sempre siga as instruções do fabricante para o uso correto do produto e utilize produtos aprovados pela ANVISA.

Higienização

Para limpeza geral indica-se detergentes neutros, limpadores multiuso (desengordurantes, sem odores), álcool em concentrações baixas;

Já para desinfecção de superfícies, pode-se utilizar soluções de hipoclorito de sódio de 1% ou álcool 70% (líquido ou gel);

O local de trabalho deve ser higienizado e organizado sempre ao final do expediente, o que não impede desta atividade ser realizada durante a produção. Equipamentos e utensílios devem ser higienizados logo após seu uso para evitar o acúmulo de material sujo.



Higienização das mãos

Tu sabes a forma correta de higienizar as mãos? A lavagem das mãos é de grande importância para a garantia de um alimento inócuo, agentes patogênicos grudam nas mãos e unhas e podem ser veiculados para os alimentos.



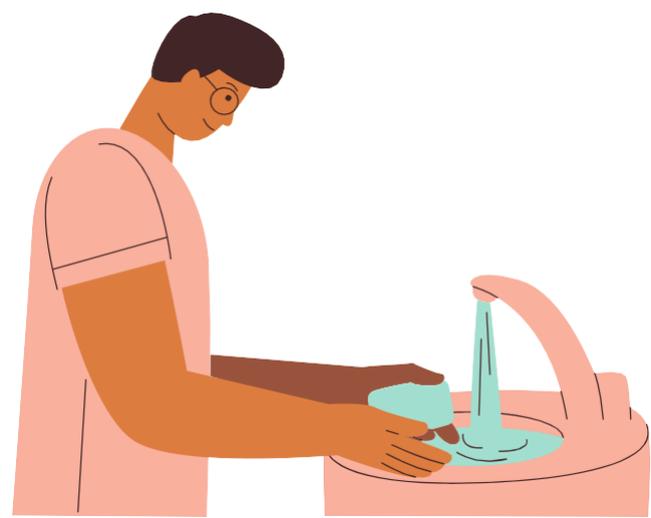
Para lavagem correta das mãos siga os seguintes passos:

1. Utilize a água corrente para molhar as mãos.
2. Esfregue a palma e o dorso das mãos com sabonete neutro, inclusive as unhas e os espaços entre os dedos, por aproximadamente 15 segundos.
3. Enxágue bem com água corrente retirando todo o sabonete.
4. Seque-as com papel toalha ou outro sistema de secagem eficiente.
5. Esfregue as mãos com um pouco de produto antisséptico.

Higienização das mãos

Com que frequência devemos higienizar nossas mãos?

- Ao chegar ao trabalho;
- Ao utilizar sanitários;
- Ao tossir, espirrar, assoar o nariz, tocar o corpo ou cabelo;
- Ao usar utensílios e materiais de limpeza;
- Ao manipular lixo e outros resíduos;
- Ao pegar em dinheiro;
- Quando o acesso a pia é impossível durante a feira livre, podemos utilizar álcool em gel;



Higiene Pessoal do Manipulador

Para um cuidado mais completo, sempre é importante manter a higiene pessoal, alguns desses cuidados incluem:

- Manter barba e bigode aparados;
- Usar cabelos presos ou cobertos por redes ou toucas;
- Manter as unhas sempre curtas e limpas, sem esmalte;
- Não usar adornos como brincos, pulseiras, anéis, relógios, entre outros;
- O uso de uniforme é indicado, sendo importante mantê-los sempre limpos;
- Evite passar os dedos no nariz, orelhas e boca;
- Evite usar o celular nas áreas de manipulação de alimentos, se for necessário, higienize-o com álcool 70°;



Higiene Pessoal do Manipulador

- Evite conversar, cantar e assobiar , no momento que estiver manipulando os alimentos;
- Sempre informar quando estiver doente para o responsável;
- Evite tocar os alimentos, sempre tenha utensílios apropriados para pegar os alimentos, como pinças ou pegadores;
- Recomenda-se sempre definir uma pessoa responsável pelo caixa e outra para a manipulação do alimento.



Cuidados com os produtos

- O veículo que transportará os alimentos precisa estar limpo e livre de vetores;
- Os produtos devem ser transportados em recipientes fechados, identificados com o nome do alimento, data de preparo e prazo de validade, caso necessário, armazenados em caixas térmicas apropriadas;
- Cada produto exige um tipo de armazenamento, de acordo com as suas características, alguns necessitam de refrigeração e outros podem estar a temperatura ambiente.



Cuidados com os produtos

- Produtos de origem animal necessitam passar por um serviço oficial de inspeção para serem vendidos, então sempre verificar a origem destes produtos e se possuem o selo de inspeção;
- A bancada deve estar limpa e organizada, em bom estado de conservação, equipamentos como balanças, tábuas, devem estar devidamente higienizados;
- Manter as lixeiras com tampa.



Curso de boas práticas de manipulação EAD

A ANVISA disponibiliza um curso de boas práticas de manipulação a distância no seguinte link:

<https://www.escolavirtual.gov.br/curso/287>

Referências

BRASIL. MINISTÉRIO DA AGRICULTURA, PECUÁRIA E ABASTECIMENTO. MINISTÉRIO DA SAÚDE. AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. Recomendações para comercialização de produtos alimentícios em feiras livres, sacolões e varejistas, 2020, 5p.

BRASIL. ANVISA. Cartilha sobre Boas Práticas para Serviço de Alimentação: Resolução RDC 216 / 2004. Brasília - DF, 2004. 3ª ed. 44p. Disponível em: <<http://portal.anvisa.gov.br/documents/33916/389979/Cartilha+Boas+Pr%C3%A1ticas+para+Servi%C3%A7os+de+Alimenta%C3%A7%C3>>. Acesso em 27/08/2024.

SÃO PAULO. Secretaria Municipal da Saúde. Coordenação de Vigilância em Saúde. Manual de Boas Práticas de Manipulação de Alimentos. São Paulo - SP, 2012. 81p. Disponível em: <http://www.paulinia.sp.gov.br/downloads/ss/Cartilha_manual_de_boas_praticas_maipulacao_alimentos_final.pdf>. Acesso em: 24/08/2024.