

Orientações de Gestão de Higiene e Segurança Alimentar para Centros Particulares de Apoio Pedagógico Complementar

Objectivo:

Estas orientações servem para relembrar aos centros particulares de apoio pedagógico complementar, com serviço de refeições, que devem sempre observar uma boa gestão de higiene e segurança alimentar, a fim de reduzir a ocorrência de surtos de doenças transmitidas por alimentos, salvaguardando assim a saúde do seu pessoal, professores e alunos.

Âmbito de aplicação:

Centros particulares de apoio pedagógico complementar, incluindo salas de estudo, salas de explicações e centros de explicações.

Definição:

Centros particulares de apoio pedagógico complementar: instituições pertencentes a entidades particulares que se destinam a orientar e apoiar o estudo, em horário extra-escolar, por parte dos alunos das instituições educativas particulares ou oficiais. (Fonte: Decreto-Lei n.º 38/98/M)

Conteúdo:

1. Compras criteriosas e recepção correcta dos produtos

1) Compra

- Consumir apenas de fornecedores idóneos;
- Antes de seleccionar um fornecedor, o responsável do centro deverá inspeccionar pessoalmente o local de trabalho e a cozinha dos candidatos a fornecedores, durante o seu período de operação, para assegurar que cumprem os seguintes requisitos:
 - Todos os ingredientes alimentares para a confecção de refeições estão em boas condições, as embalagens intactas e dentro do prazo de validade;
 - Os alimentos crus, cozinhados e prontos a servir estão guardados em locais separados. Alimentos preparados e cozinhados estão bem embalados ou guardados em recipientes com tampa e mantidos à temperatura apropriada (acima de

60°C para alimentos quentes e abaixo de °C para alimentos frios);

- Todos os ingredientes alimentares são bem lavados e limpos antes da confecção;
 - Os equipamentos (p. ex., para refrigeração, congelação e reaquecimento) têm capacidade suficiente para o número de refeições a serem fornecidas;
 - As zonas de manuseio de alimentos estão limpas e arrumadas, com medidas eficazes de controlo de pestes;
 - Todos os equipamentos e utensílios estão limpos e desinfectados e as instalações possuem espaço suficiente para os arrumar de forma apropriada;
 - Todo o pessoal apresenta indícios de boa higiene pessoal, observando a lavagem de mãos antes de manusear alimentos e envergá fatos de trabalho ou aventais limpos;
 - Os veículos utilizados para a entrega de refeições estão limpos e equipados com caixas térmicas próprias para alimentos;
 - Mantêm registos das entradas e saídas de mercadorias bem como dos pedidos, recibos e facturas.
- Voltar a inspeccionar, a intervalos regulares, as condições de higiene e segurança das instalações e da cozinha do fornecedor e, periodicamente, o número de refeições encomendadas, bem como os tipos de alimentos, para se evitar desperdício.

2) Recepção

- Criar um sistema de inspeção dos produtos entregues:
 - Na entrega diária de refeições, inspeccionar:
 - Condições de higiene do veículo e do pessoal de entregas (Impresso I);
 - Condição e estado de limpeza das caixas térmicas ou caixas de refeição;
 - Utilizar um termómetro para avaliar a temperatura dos alimentos, se necessário;
 - Verificar se o conteúdo das refeições entregues condiz

com o pedido. Este e outros registos relacionados devem ser arquivados em local seguro para futura referência e uso das autoridades competentes, em caso de necessidade.

- Combinar com o fornecedor os horários, para evitar a entrega de refeições com demasiada antecedência;
- Colocar as caixas térmicas ou caixas para alimentos em prateleiras limpas, acima do solo, ou em mesas apropriadas, à temperatura e em ambiente correctos;
- Recomenda-se guardar amostras alimentares, que deverão ser colocadas segundo os diferentes tipos e em recipientes limpos, esterilizados e com tampa estanque, reservados exclusivamente para este fim;
- Conservar cada amostra alimentar, em porção comestível, nunca inferior a 250 gramas ou 250 mililitros, refrigeradas (a menos de 5°C) durante pelo menos 48 horas. É favor consultar as “Orientações para a Recolha e Retenção de Amostras Alimentares”;
- No caso de surgirem quaisquer dúvidas quanto à segurança alimentar das refeições, rejeitá-las de imediato e contactar o fornecedor para acompanhar o caso.

2. Distribuição correcta dos alimentos e ambiente da sala de refeições

1) Distribuição de refeições

- Uma vez entregues, as refeições devem ser consumidas sem demora;
- Em caso de reaquecimento, os alimentos devem ser adequadamente reaquecidos até que a temperatura do seu interior atinja os 75°C ou mais ou atinjam o ponto de fervura;
- O local de manuseio das refeições deve manter-se sempre limpo e encurtar-se o mais possível o tempo de as servir ou distribuir;
- Todos os utensílios, loiça e acessórios utilizados na distribuição das refeições devem estar limpos, desinfectados e ser guardados em recipientes próprios (p. ex., caixas com tampa) utilizadas apenas para esse fim;
- Nunca servir alimentos com sinais de deterioração.

2) Ambiente da sala de refeições

- Considerando que os centros são, em regra, de pequenas dimensões,

a área de estudo poderá também funcionar como sala de refeições. No entanto, há que proceder a uma boa limpeza, antes e depois de servir as refeições;

- Se houver uma área dedicada apenas às refeições, manter sempre o espaço e as mesas limpas e arrumadas;
- Cuidar das sobras e da loiça suja logo após terminar a refeição, limpando muito bem toda a zona e reciclando as sobras por tipo de alimento.

3. Controlo do tempo

- Como os alimentos cozinhados são alimentos potencialmente perigosos, o tempo que são deixados na zona de temperatura perigosa (entre 5°C e 60°C), no decurso da sua produção e comercialização, deve ser o mais curto possível. Se tal não for possível, deve seguir-se a regra de 2 horas/4 horas¹:
 - Os que ficarem expostos na zona de temperatura perigosa durante menos de 2 horas devem ser consumidos de imediato ou ser guardados no frigorífico;
 - Os que ficarem expostos na zona de temperatura perigosa entre 2 e 4 horas devem ser consumidos de imediato;
 - Os que ficarem expostos na zona de temperatura perigosa por mais de 4 horas devem ser descartados.

4. Higiene pessoal

- Lavar sempre bem as mãos antes de tocar nos alimentos e depois de utilizar os lavabos;
- Durante a distribuição das refeições, usar máscara facial e luvas descartáveis. Para manusear os alimentos, utilizar sempre equipamentos e utensílios limpos e desinfetados;
- Ao espirrar ou tossir, voltar costas aos alimentos e cobrir a boca e o nariz com um lenço de papel, procurando lavar as mãos logo de seguida;
- Evitar manusear alimentos em caso de doença ou indisposição, como

¹ Pode consultar-se o “Orientações de Higiene para o Controlo de Tempo e Temperatura” para Uma Maior Segurança Alimentar.

corrimento nasal, diarreia, vómitos e febre.

5. Responsabilidades do centro

- O responsável pelo centro deverá monitorizar pessoalmente o serviço de refeições ou designar um elemento do pessoal para essa tarefa específica;
- Familiarizar-se com os regulamentos de segurança e higiene alimentar em vigor, cumprir e fazer cumprir os seus requisitos;
- Estabelecer códigos de prática e medidas de contingência urgentes para lidar prontamente com casos de intoxicação alimentar e outros incidentes neste campo.

6. Supervisão de refeições especiais

Os centros particulares de apoio pedagógico complementar devem criar um mecanismo regulador para gerir os casos de alunos com alergias alimentares e para manter uma comunicação regular com os seus pais ou encarregados de educação e bem assim com o pessoal do centro. Deverá ser elaborada uma lista dos alunos com alergias alimentares e respectivos tipos de alérgenos específicos, e bem assim daqueles com necessidades dietéticas especiais, para assegurar que as suas refeições são servidas de forma adequada às suas condições particulares.

Impresso I. Lista de pontos a verificar nas condições de higiene do veículo e do pessoal de entregas

O responsável/preenchido por: _____ Data: _____

Critério		Satisfatório	Razoável	Não satisfatório	Não se aplica	Obs.
Higiene pessoal	Uniformes limpos e arrumados					
	Mãos limpas					
Higiene alimentar	Alimentos em recipientes apropriados e com tampa estanque					
	Alimentos quentes são mantidos a >60°C e alimentos refrigerados a <5°C					
Veículo de entregas	Limpo e arrumado					
	Não é utilizado para outros fins (p. ex., entregas de alimentos crus)					