Orientações de Higiene para a Prevenção de Contaminação Cruzada

Introdução:

Por contaminação cruzada, entende-se a transferência ou disseminação, através de meios e de forma directa ou indirecta, de microrganismos, substâncias químicas ou materiais estranhos em produtos alimentares. A contaminação cruzada pode ocorrer através de diferentes meios, sendo os mais comuns os produtos alimentares crus, utensílios e equipamentos sujos e trabalhadores com falta de higiene pessoal que manuseiam os alimentos.

A contaminação cruzada é uma das principais causas de intoxicação alimentar e pode ocorrer em qualquer fase da produção e comercialização de produtos alimentares, incluindo fabricação, processamento, preparação, embalagem, transporte, armazenamento e venda. Causas comuns de contaminação cruzada incluem o uso partilhado de utensílios entre os produtos alimentares crus e cozinhados, a desinfecção inadequada dos instrumentos, equipamentos e instalações usados, assim como a falta de noção de higiene do pessoal que manuseia os alimentos e as más condições de higiene dos locais de trabalho.

Apesar disto, o tratamento correcto dos alimentos e a adopção de medidas científicas e adequadas podem prevenir a contaminação cruzada de forma eficaz. Assim sendo, o sector comercial deve consultar as presentes orientações para tomar conhecimento das precauções e implementar medidas apropriadas, a fim de reduzir ao máximo os riscos para a segurança alimentar.

Objectivo:

As presentes orientações têm como objectivo alertar o sector para os principais pontos e precauções a ter em conta no que toca à prevenção da contaminação cruzada, de modo a garantir a segurança alimentar.

Âmbito de aplicação:

As presentes orientações aplicam-se a estabelecimentos onde se efectua a produção e comercialização de géneros alimentícios.

Conteúdo:

Pontos principais:

- Manter uma boa higiene pessoal e lavar correctamente as mãos
- Prestar atenção à higiene do espaço de trabalho
- Prevenir a propagação de pragas de insectos e roedores
- Manusear os alimentos correctamente
- Utensílios e equipamentos que entrem em contacto com produtos alimentares devem ser completamente limpos e desinfectados antes e depois da utilização
- Produtos químicos como detergentes de limpeza e desinfectantes devem ser devidamente identificados e armazenados
- Alimentos crus devem ser armazenados separadamente dos alimentos cozinhados ou prontos a consumir, e devem ser manuseados com utensílios diferentes em locais separados
- Rever os processos de produção e comercialização de alimentos, a fim de identificar as fases onde haja maior probabilidade de ocorrer a contaminação cruzada e de criar planos de segurança alimentar apropriados para reduzir os riscos de segurança alimentar

1. <u>Prevenção da contaminação cruzada causada pelo pessoal que manuseia produtos alimentares e pelo espaço de trabalho</u>

   1) Ter em atenção a higiene pessoal dos trabalhadores que manuseiam produtos alimentares[1]

      - Devem utilizar vestuário de trabalho limpo, assim como toucas para cobrir o cabelo;
      - Não devem usar acessórios como anéis, pulseiras e relógios, nem pintar unhas ou usar unhas postiças;
      - Devem lavar corretamente as mãos antes e depois de manusear os produtos alimentares, assim como após a utilização dos sanitários ou o tratamento de lixo[2];

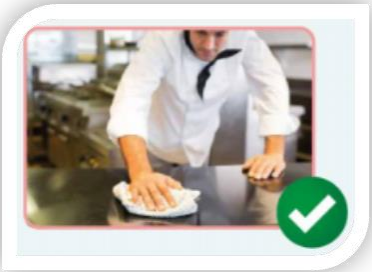
[1] Em caso de dúvida, é favor consultar as "Orientações de Higiene Pessoal para Manuseadores de Alimentos".

- Devem usar luvas descartáveis quando necessário, devendo estas ser substituídas caso entrem em contacto com objectos sujos, ou se forem usadas por período superior a 30 minutos[3];
- Ao manusear produtos alimentares, não devem simultaneamente entrar em contacto com dinheiro;
- Devem usar curativos impermeáveis para proteger adequadamente as feridas expostas;

- Caso apresentar sintomas como corrimento nasal, diarreia, vómitos ou febre, o trabalhador em causa deve parar de manusear produtos alimentares temporariamente.

2) Ter em atenção a higiene do espaço de trabalho

- Todas as áreas de trabalho devem ser limpas e desinfectadas regularmente;
- Não devem ser mantidos animais de estimação no estabelecimento de exploração;



- Deve ser criado um plano de gestão e controlo de infestações de insectos e roedores que contemple inspecções regulares e a manutenção apropriada de dispositivos de controlo. Os trabalhos de desinfestação de insectos e roedores devem ser realizados regularmente por pessoal especializado e de acordo com os métodos prescritos, no sentido de prevenir possíveis proliferações;
- Os produtos químicos, como detergentes de limpeza e desinfectantes, devem ser armazenados em local separado dos produtos alimentares, e não devem ser colocados em zonas onde os

[2] Em caso de dúvida, é favor consultar as "Orientações sobre a Lavagem das Mãos pelo Pessoal que Manuseia Alimentos".
[3] Em caso de dúvida, é favor consultar as "Orientações para o Uso de Luvas Descartáveis" .

alimentos são manuseados. Devem também estar claramente identificados;

- Devem ser usados caixotes de lixo com tampa, devendo estes ser esvaziados e desinfectados regularmente.

2. <u>Prevenção da contaminação cruzada causada por utensílios, equipamentos e instalações</u>

- Diferentes áreas de trabalho devem ser reservadas para o tratamento de produtos alimentares crus, cozinhados, prontos a consumir e de alto risco (como ostras e *sashimi* prontos a consumir). Porém, em caso de necessidade de partilhar a mesma área de trabalho, deve ser elaborado um plano específico que contemple horários distintos para a utilização da área, processos de manuseamento e horários de limpeza e desinfecção do espaço, no sentido de reduzir o risco de contaminação cruzada;
- Alimentos crus devem ser manuseados com facas, tábuas de cortar, trituradoras e outros utensílios e equipamentos próprios e separados daqueles usados para manusear produtos alimentares cozinhados e prontos a consumir, devendo os mesmos ser diferenciados por cores distintas ou identificações claras, de modo a evitar o seu uso indiscriminado;

- Objectos têxteis como panos devem ser etiquetados de acordo com um sistema de cores e usados correctamente[4];
- Todos os utensílios e equipamentos que entrem em contacto com produtos alimentares devem ser lavados e totalmente desinfectados antes e depois da sua utilização. Caso estes apresentem danos ou fendas, devem ser reparados ou substituídos imediatamente;

[4] Em caso de dúvida, é favor consultar as "Orientações para a Utilização de Produtos de Pano".

- Na substituição ou reparação de equipamentos e instalações, devem ser tomadas medidas eficazes para proteger os produtos alimentares[5], e garantir que nenhum componente ou substância estranha entre em contacto com os produtos alimentares durante o processo;
- Em caso de danificação do recipiente ou de contacto de substâncias estranhas com os produtos alimentares durante o manuseio, todos os produtos potencialmente contaminados deverão ser descartados[6] e os locais e objectos envolvidos devem ser totalmente lavados.

3. Prevenção da contaminação cruzada durante os processos de produção e comercialização

1) Manusear e preparar os produtos alimentares de forma correcta

- O tratamento de diferentes tipos de produtos alimentares, nomeadamente crus, cozinhados, prontos a consumir e de alto risco (como ostras e *sashimi* prontos a consumir) deve ser feito em áreas próprias e com instrumentos próprios para o efeito;
- Na realização de operações propensas à dispersão de líquidos, como lavar e descongelar carnes cruas, ovos e mariscos com água corrente, ou triturar carne, bater ovos ou misturar e marinar ingredientes crus, o pessoal deve evitar que gotas de água ou outros líquidos contaminem os alimentos, utensílios ou espaços próximos durante o processo, devendo os locais e objectos envolvidos nas referidas operações ser limpos após a conclusão das mesmas.

[5] Em caso de dúvida, é favor consultar as "Orientações para a Segurança e Higiene Alimentar na Execução de Obras de Reparação e Manutenção".
[6] Em caso de ocorrência de contaminação física devido a recipientes danificados ou do contacto acidental de substâncias estranhas com os produtos alimentares, de modo a garantir a segurança alimentar, todos os alimentos potencialmente contaminados devem ser descartados. Esta medida leva em conta o facto de a dimensão dos fragmentos ou substâncias estranhas poder ser muito reduzida, e a sua separação dos alimentos muito difícil de alcançar com sucesso. Adicionalmente, não devem ser colocados objectos desnecessários nas áreas de tratamento de produtos alimentares, de modo a minimizar a probabilidade de contaminação cruzada.

2) Armazenar, transportar e exibir produtos alimentares de forma correcta

- Os produtos alimentares crus e os alimentos cozinhados ou prontos a consumir devem ser armazenados em dois equipamentos de refrigeração distintos. Caso seja necessário partilhar o mesmo equipamento de refrigeração, o armazenamento deve seguir o princípio de "alimentos cozinhados por cima e crus por baixo", devendo todos os alimentos ser armazenados em recipientes cobertos ou adequadamente embalados[7];

- Na medida do possível, os produtos alimentares devem ser armazenados por categorias, devendo, por exemplo, produtos como vegetais, carnes e produtos aquáticos ser armazenados de forma separada;

- Durante os processos de transporte e exposição de produtos alimentares, devem ser tomadas medidas adequadas e eficazes para prevenir a contaminação cruzada. Por exemplo, os produtos devem ser colocados em instalações com medidas de protecção adequadas e em recipiente com tampa ou embrulhados em película aderente, de modo a prevenir contaminações por infestações de insectos e roedores ou mistura de objectos estranhos.

4. <u>Responsabilidades dos produtores e comerciantes de produtos alimentares</u>

- Os trabalhadores que manuseiam produtos alimentares devem receber formação e orientação adequadas em matéria de segurança e higiene alimentar e de acordo com a natureza do seu trabalho, de

[7] Em caso de dúvida, é favor consultar as "Orientações para o Uso de Equipamentos de Refrigeração e Congelação".

modo a ficarem plenamente informados sobre os princípios e precauções no âmbito da contaminação cruzada;

- Os processos de produção e comercialização de alimentos devem ser revistos a fim de se identificar as fases onde haja maior probabilidade de ocorrer contaminação cruzada, criando planos de segurança alimentar apropriados para reduzir os riscos.