



Quatro dicas para cozinhar com segurança durante a epidemia/pandemia

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), não há provas até ao momento de que o novo coronavírus possa ser transmitido por meio de alimentos aquáticos e carne. No entanto, os alimentos podem ser contaminados durante o seu armazenamento, transporte, corte e venda.

Aqui estão QUATRO dicas a ter sempre em mente para garantir a segurança alimentar durante a epidemia/pandemia:

1



Lave bem as mãos antes e depois de manipular os alimentos.

2



Utilize sempre dois conjuntos diferentes de tábuas e facas para manusear alimentos crus e alimentos já cozinhados, evitando a contaminação cruzada.

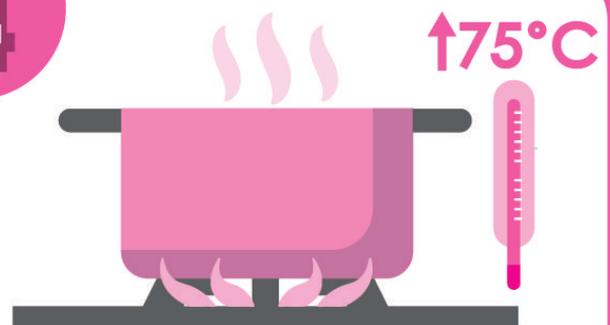
3



Os recipientes, tábuas de cortar, facas e pias de cozinha que tenham entrado em contacto com a carne crua devem ser sempre cuidadosamente limpos e desinfectados.

(Lembre-se de limpar e desinfetar regularmente as instalações caseiras de armazenamento de alimentos, como o frigorífico!)

4



Todos os alimentos, em especial as carnes, produtos aquáticos, aves e ovos, devem ser sempre bem cozinhados antes de serem consumidos.

(Em geral, cozinhar os alimentos a temperaturas acima de 75°C pode matar os vírus!)