

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 GL 005 DSA 2014 - “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;

¹ Pode consultar-se o GL 001 DSA 2019 – Orientações de Higiene para o Controlo de Tempo e Temperatura para Uma Maior Segurança Alimentar.

- Evitar manusear alimentos em caso de doença ou indisposição, como 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.

Actualizado em Junho de 2020

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)					