

## Orientações sobre a Lavagem das Mãos pelo Pessoal que Manuseia Alimentos

### Objectivo:

Lavar as mãos de uma forma correcta é uma forma eficaz de prevenir a contracção de doenças a partir dos alimentos. Estas orientações servem para lembrar os operadores do ramo alimentar das situações que exigem uma boa lavagem das mãos e a forma correcta de o fazer, para se evitarem contaminações.

### Âmbito de aplicação:

Pessoal que lida directamente com alimentos nos estabelecimentos de produção e de comercialização de produtos alimentares.

### Conteúdo:

#### I. Quando é que se deve lavar as mãos

O pessoal que lida directamente com alimentos deve lavar as mãos nas seguintes situações:

- Antes de iniciar ou ao reatar o manuseio de alimentos;
- Antes de manusear alimentos cozinhados/prontos a comer e depois de manusear alimentos crus;
- Após tossir ou espirrar;
- Após tocar em partes do corpo como o nariz e os cabelos;
- Após serviços de limpeza ou de descartar o lixo;
- Após utilizar a casa de banho;
- Após consumir alimentos ou bebidas;
- Após fumar;
- Após tocar num animal.

#### II. Passos para lavar as mãos:

1. Molhar ambas as mãos em água corrente;
2. Aplicar sabão líquido e esfregar bem as mãos até criar espuma;
3. Esfregar as palmas, costas das mãos, dedos, pontas dos dedos, entre os dedos e pulsos durante, pelo menos, 20 segundos. Não passar por água enquanto esfrega;
4. Após esfregar, lavar bem as mãos sob água corrente;
5. Secar muito bem as mãos com uma toalha\*, lenços de papel ou um secador de mãos.



食品安全廳  
Departamento de Segurança Alimentar

\* Nunca partilhar a toalha com terceiros. As toalhas devem ser colocadas em sítio próprio e ser lavadas e desinfectadas pelo menos uma vez por dia. É recomendável substituí-las com frequência.

Março de 2015