

## Orientações Higiénicas para o Manuseio de Frutas Pré-cortadas

### Objectivo:

Estas Orientações visam lembrar o comércio de alimentos sobre práticas de higiene e segurança alimentar a serem observadas no decurso do manuseio, venda e distribuição de frutas pré-cortadas, a fim de reduzir o risco de contaminação microbiana devido ao tratamento inadequado durante as várias fases de processamento.

### Âmbito de aplicação:

Estabelecimentos ou unidades envolvidas no manuseio, venda e distribuição de frutas pré-cortadas e na comercialização de produtos de frutas pré-cortados, que incluem lojas que oferecem serviços de *take-away*, *eat-in* e *buffet*, e estabelecimentos envolvidos na produção e na formação de corte de frutas para venda.

### Definição:

Fruta pré-cortada: refere-se a fruta fresca que foi descascada, cortada em gomos ou em fatias.

### Conteúdo:

#### 1. Compra e recepção inteligentes

##### 1) Ao comprar

- Tenha em atenção as diversas propriedades dos diferentes tipos de fruta, a quantidade a ser utilizada e a sua condição de armazenamento antes de tomar a decisão final sobre a quantidade a adquirir. Também é aconselhável perguntar ao seu fornecedor sobre condições específicas (por exemplo, temperatura de armazenamento da fruta e outros detalhes específicos);
- Compre apenas de fornecedores de boa reputação e nunca compre frutas de origem desconhecida ou que não tenham sido sujeitas a inspeção sanitária obrigatória;
- Arquivar sempre os registos de compra e venda de géneros, recibos ou quaisquer outros documentos relevantes que possam ajudar as

autoridades competentes a determinar a origem de um dado produto, em caso de necessidade.

2) Na recepção de produtos

- Verifique se a fruta é de boa qualidade (por exemplo, sem estar pisada ou com outros danos óbvios);
- Não aceite frutas de origem desconhecida, já com bolor, cheiro desagradável ou estragadas;
- Se necessário, exigir ao fornecedor documentos comprovativos, como certificados de higiene, certificados de origem dos produtos e relatórios de análise laboratorial.

2. Armazenamento adequado

- As frutas a manter à temperatura ambiente devem guardar-se em lugar seco e fresco e sempre ao abrigo da luz solar directa;
- Armazene frutas e outros alimentos separadamente, ou use dois frigoríficos diferentes para armazenar as frutas e os alimentos crus (p.ex., carne crua) separadamente;
- Se necessário, mantenha as frutas mais susceptíveis a ficarem pisadas na sua embalagem de origem (rede protectora), caixa de plástico ou caixa de cartão, para as proteger de possíveis danos causados por pancadas ou pressão durante o carregamento, descarregamento, armazenamento e manuseamento;
- Utilizar ou consumir primeiro o estoque mais antigo, seguindo sempre o princípio “primeiro a entrar, primeiro a sair”.

3. Manuseio cuidadoso

1) Lave e limpe os frutos<sup>1</sup>

- Antes de lavar a fruta, descarte qualquer peça estragada e podre do restante lote;
- Lavar bem as frutas numa pia ou recipiente, os quais devem ser

<sup>1</sup> Se aplicar detergentes ou desinfectantes na preparação de frutas e legumes, utilizar os produtos adequados e seguir sempre as instruções do fornecedor para uma aplicação e dosagem correctas, de forma a evitar que os resíduos químicos possam remanescer neles.

utilizados exclusivamente para este fim;

- Limpe e lave bem os frutos com água corrente. Para frutas com textura (casca) mais firme (p.ex., melão hami), esfregue a sua superfície com uma escova de frutas limpa para remover qualquer sujidade. Essa escova não deve ser usada para limpar outros produtos alimentares que não sejam frutas;
- Após a lavagem inicial, é aconselhável lavar novamente, com água potável, as frutas que podem ser consumidas com casca.

## 2) Manuseamento das frutas

- Manusear as frutas em áreas designadas para esse fim, ou espaços de trabalho na zona de manuseio de alimentos e em ambiente com temperatura controlada. Se o espaço de trabalho precisar de ser partilhado, deve haver um plano de trabalho, como cronograma de utilização, fluxo de manipulação de alimentos e cronograma de limpeza e desinfeção, de forma a reduzir o risco de contaminação cruzada;
- Utilize apenas equipamentos, aparelhos e utensílios de uso exclusivo no manuseio de frutas pré-cortadas, incluindo um conjunto separado de tábuas e facas, e manipule sempre separadamente frutas e alimentos crus (p.ex., carne crua);
- Nunca toque com as mãos na fruta descascada ou cortada directamente;
- Prepare apenas a quantidade de fruta necessária para o dia ou o suficiente para durar o período de serviço. Evite preparar frutas em excesso ou com muita antecedência, evitando assim um armazenamento prolongado ou o desperdício de alimentos;
- Frutas pré-cortadas preparadas para o dia devem ser usadas ou consumidas no próprio dia e nunca passar para o dia seguinte.

## 4. Exposição, venda e distribuição

### 1) Frutas pré-embaladas e pré-cortadas

- Use material de embalagem limpo, higiénico e apropriado para

embrulhar firmemente as frutas pré-cortadas ou colocá-las em recipientes com tampa antes de as colocar em exposição refrigerada, sempre abaixo de 5°C. Se utilizar materiais macios, como sacos de plástico para comida, evite empilhar as frutas pré-cortadas em sacos durante a exposição;

- Verifique o estado das frutas pré-cortadas pré-embaladas em horários fixos diários. Nunca venda frutas pré-cortadas deterioradas, estragadas ou suspeitas de estar contaminadas;
- Toda a área de exposição deve ser mantida limpa e higiénica. Qualquer suco de frutos derramado e à vista deve ser limpo de imediato e o(s) local(is) manchado(s) devem ser desinfectados quanto antes para evitar a proliferação de bactérias.

## 2) Pratos de frutas

- Evite que a casca e a polpa de frutas do tipo melão pré-cortadas entrem em contacto ou simplesmente deite fora a casca;
- Organize os frutos no prato de frutas por tipos e escoe o excesso de sumo. Sirva imediatamente após a preparação; caso contrário, cubra-o adequadamente com filme plástico para armazenamento refrigerado, se não for consumido na hora;
- Fornecer utensílios de mesa limpos para os clientes poderem pegar nos pedaços de fruta do prato e comê-los.

## 3) Frutas pré-cortadas servidas em auto-serviço

- Proteger de forma adequada as frutas pré-cortadas em exposição (p. ex. utilizar uma tampa plástica transparente) para evitar a exposição a agentes contaminantes;
- Coloque apenas uma quantidade moderada de frutas pré-cortadas em exposição e evite adicionar uma nova quantidade de frutas pré-cortadas ao estoque já em exposição;
- Apresentar as frutas pré-cortadas a uma temperatura adequada (inferior a 5°C);
- Fornecer aos clientes o número suficiente de tenazes ou conchas para se servirem, e substituí-las quando necessário;

- Descartar as sobras de fruta no final da apresentação.
- 4) Transporte de frutas pré-cortadas
- Proteger adequadamente as frutas pré-cortadas (p. ex. utilizar recipiente com tampa) da exposição à contaminação e colisão ou esmagamento durante o transporte;
  - Se necessário, guardar as frutas pré-cortadas embaladas e outros alimentos em caixas próprias para alimentos limpas ou em recipientes com tampa;
  - Durante o transporte, manter as frutas pré-cortadas em recipientes limpos com insulação térmica ou refrigerados, e entregá-los no destino o mais prontamente possível.
5. Controlo do tempo
- Como as frutas descascadas ou pré-cortadas 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 horas<sup>2</sup>:
    - 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.
6. Manter sempre uma boa higiene pessoal
- Lavar sempre bem as mãos antes de manusear alimentos e após utilizar os lavabos e sempre que tocar no lixo;

<sup>2</sup> Pode consultar-se o GL 001 DSA 2019 – Orientações de Higiene para o Controlo de Tempo e Temperatura para Uma Maior Segurança Alimentar.

- Se necessário, usar luvas descartáveis, que devem ser substituídas após entrar em contacto com materiais impuros ou se forem usadas por mais de 30 minutos;
  - Usar sempre uma bata ou roupa de trabalho ou avental limpo e de cores claras;
  - Não usar braceletes, anéis, relógio ou outros acessórios, nem verniz ou capas de unhas artificiais;
  - Cobrir devidamente qualquer ferida exposta com curativos à prova de água;
  - Evitar manusear alimentos em caso de doença ou indisposição, como corrimento nasal, diarreia, vómitos e febre.
7. Assegurar condições higiénicas do ambiente de trabalho, utensílios e equipamentos
- Limpar e desinfetar sempre muito bem todos os utensílios e equipamentos que entrem em contacto com os alimentos, antes e depois da sua utilização;
  - Substituir os utensílios danificados ou com fendas;
  - Todas as superfícies das mesas de trabalho devem ser de material impermeável e os utensílios de fácil limpeza e mantê-los sempre afastados do solo;
  - Lavar e desinfetar cuidadosamente as tábuas de corte antes e após o uso. Descartar tábuas de corte em más condições (p. ex., com arranhões e cortes na superfície, que dificultam a sua limpeza eficaz);
  - Utilizar sempre caixotes de lixo com tampa e despejá-los e desinfectá-los regularmente;
  - Descongelar e limpar regularmente todas as unidades de frio;
  - Nunca admitir animais de estimação em locais de preparação de alimentos.

Atualizado em Junho de 2020