



Boas Práticas na Manipulação de Alimentos: Garantindo Qualidade e Segurança!

A manipulação de alimentos exige atenção e cuidado para garantir a qualidade e segurança dos produtos. Seguir boas práticas é fundamental para evitar contaminações e garantir a saúde dos consumidores.



by **Aline Azevedo**



Higiene Pessoal: A Base da Segurança Alimentar

1 Mãos Limpas: A Primeira Linha de Defesa

Lave as mãos frequentemente com água e sabão, especialmente após usar o banheiro, tocar em superfícies contaminadas e antes de preparar alimentos.

3 Unhas Curtas e Limpas: Boas Práticas Essenciais

Mantenha as unhas curtas e limpas para evitar o acúmulo de sujeira e microrganismos que podem contaminar os alimentos.

2 Secagem Completa: Evite Contaminação Cruzada

Após a lavagem, seque bem as mãos com papel toalha ou um pano limpo para evitar a proliferação de microrganismos.

4 Joias e Acessórios: Evite o Risco de Contaminação

Evite usar anéis, relógios e outros acessórios durante o preparo dos alimentos, pois podem acumular sujeira e contaminar os alimentos.

Equipamentos e Utensílios: Limpeza e Desinfecção

Limpeza Regular: Mantenha Tudo Limpo

Lave os equipamentos e utensílios após cada uso com água e sabão. Use uma escova para remover resíduos de alimentos e sujeira.

Limpe as superfícies de trabalho regularmente com água e sabão, desengordurando-as quando necessário. Seque tudo completamente após a lavagem para evitar a proliferação de microrganismos.

Desinfecção: Eliminando Microrganismos

Após a lavagem, utilize um desinfetante próprio para alimentos. Siga as instruções do fabricante para garantir a eficácia do produto.

Após a desinfecção, enxágue os equipamentos e utensílios com água potável. Certifique-se de que os utensílios estejam completamente secos antes de armazená-los.

Armazenamento Adequado: Previna a Contaminação

Armazene os equipamentos e utensílios em locais limpos e secos. Mantenha-os cobertos para evitar a poeira e outros contaminantes.

Separe os equipamentos e utensílios utilizados para alimentos crus e cozidos para evitar a contaminação cruzada.



Preparo dos Alimentos: Cuidados Essenciais

1

Temperatura de Cozimento: Eliminando Microrganismos

Cozinhe os alimentos a uma temperatura interna adequada para eliminar microrganismos. Utilize um termômetro para verificar a temperatura interna dos alimentos.

2

Resfriamento Rápido: Evitando a Proliferação de Bactérias

Após o cozimento, resfrie os alimentos rapidamente para evitar a proliferação de bactérias. Divida os alimentos em porções menores para facilitar o resfriamento.

3

Armazenamento Correto: Preservando a Qualidade dos Alimentos

Armazene os alimentos em recipientes limpos e fechados para evitar a contaminação. Mantenha os alimentos crus separados dos cozidos.

4

Tempo de Armazenamento: Seguindo as Regras

Respeite o tempo máximo de armazenamento dos alimentos, tanto na geladeira quanto no congelador. Verifique a data de validade dos alimentos.