
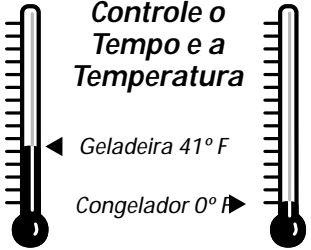
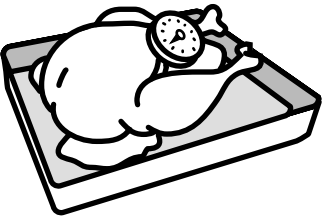
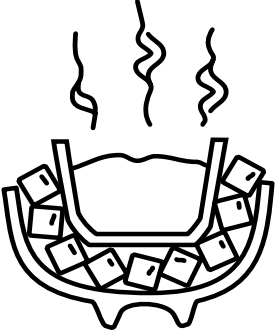


Segurança Alimentar para Profissionais da Área de Alimentos

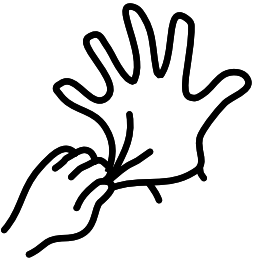
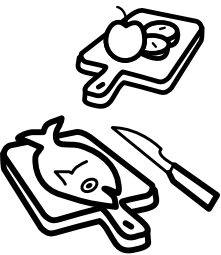
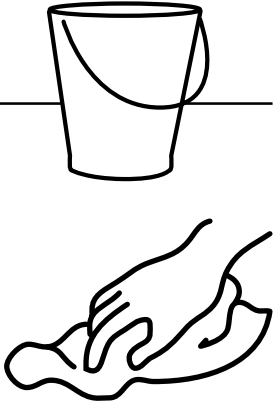
A maior parte das doenças provenientes de alimentos pode ser prevenida através do manuseio adequado dos alimentos. Alimentos de origem animal e feijão cozido, arroz e massas são particularmente perigosos. Estes alimentos são classificados como “Alimentos Potencialmente Perigosos” (APP) (PHFs – “Potentially Hazardous Foods”). Siga estes princípios e práticas básicas de segurança alimentar para manter os alimentos que você preparar e servir fora de perigo. Estas recomendações estão de acordo com o Código Alimentar de 1999 da FDA (Secretaria de Alimentos e Drogas).

MANTENHA-SE SADIO		
Princípio Chave	Perigo	Mensagem de Segurança Alimentar
<i>Esteja sempre sadio</i>	Contaminação Microbiológica	<ul style="list-style-type: none"> • Não prepare alimentos caso estiver doente ou caso possuir uma ferida ou machucado exposto nas mãos ou braços. • Comunique qualquer doença ao gerente. • Evite tossir ou espirrar em áreas de manuseio de alimentos.
Pratique um boa higiene pessoal 	Contaminação Microbiológica	Sempre lave as mãos após: <ul style="list-style-type: none"> • usar o banheiro. • tossir, espirrar ou usar um lenço de pano ou de papel. • manusear alimentos crus. • manusear equipamentos ou utensílios sujos. • retirar o lixo.
	Contaminação Cruzada	<ul style="list-style-type: none"> • Use uma pia específica para lavar as mãos.
	Contaminação Física	<ul style="list-style-type: none"> • Use roupas limpas durante o trabalho.
	Contaminação Microbiológica e Física	<ul style="list-style-type: none"> • Use um prendedor de cabelo eficaz ao trabalhar na área de preparo de alimentos. • Não coma, beba ou fume ao preparar os alimentos. • Mantenha as unhas cortadas.
CONTROLE O TEMPO E A TEMPERATURA		
Princípio Chave	Perigo	Mensagem de Segurança Alimentar
	Crescimento Bacteriano, Produção de Toxinas	Mantenha os alimentos fora da “Zona de Perigo”: 41°F - 140°F <ul style="list-style-type: none"> • Utilize um termômetro de alimentos calibrado para checar a temperatura dos alimentos. Receba e armazene alimentos nas temperaturas adequadas <ul style="list-style-type: none"> • Alimentos resfriados a 41°F ou abaixo. • Alimentos congelados a 0°F ou abaixo.
<i>Durante o Preparo</i>	Crescimento Bacteriano, Produção de Toxinas	Descongele alimentos congelados: <ul style="list-style-type: none"> • Na geladeira. • Em água potável fria e corrente abaixo de 70°F por duas horas ou menos. • Forno de microondas seguido de cozimento ou como parte do processo de cozimento.

CONTROLE O TEMPO E A TEMPERATURA

Princípio Chave	Perigo	Mensagem de Segurança Alimentar
<p><i>Controle o Tempo e a Temperatura</i></p> <p><i>Durante o Cozimento</i></p> 	<p>Sobrevivência de Bactérias, Produção de Toxinas</p>	<p>Cozinhe os alimentos até atingirem a sua temperatura interna adequada:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 165°F por 15 segundos: aves, carnes recheadas, peixe, massas e recheios que contenham carne, ave ou peixe. • 165°F por 15 segundos: carne moída de ave ou peru. • 155°F por 15 segundos ou 158°F instantaneamente: carne moída (carne picada ou injetada com molho) e carnes picadas de peixe ou de boi, e ovos crus que não são preparados para o consumo imediato. • 145°F por 15 segundos: peixe, carne bovina e suína, e ovos crus preparados para serem servidos imediatamente. • 145°F por 3 minutos: rosbife inteiro, lombo de porco assado inteiro e assados com carne de conserva. • 145°F nas superfícies superiores e inferiores de um bife de carne bovina com rótulo que indique que a carne está de acordo com a definição "carne bovina inteira com músculo intacto". • 165°F alimentos crus de origem animal cozidos em um forno de microondas
<p><i>Durante o Período de Espera</i></p>	<p>Crescimento Bacteriano, Produção de Toxinas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mantenha aquecidos os Alimentos Potencialmente Perigosos (APP) a uma temperatura de 140°F ou acima. • Mantenha resfriados os APPs a uma temperatura de 41°F ou abaixo.
<p><i>Durante o Resfriamento</i></p> 	<p>Crescimento Bacteriano, Produção de Toxinas</p>	<p>Resfrie Alimentos Potencialmente Perigosos (APP) cozidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • de 140°F para 70°F em 2 horas ou menos. • de 70°F para 41°F em 4 horas ou menos. <ul style="list-style-type: none"> • Resfrie alimentos preparados frios até 41°F ou menos dentro de 4 horas. • Coloque a data e marque o prazo de validade de alimentos frios preparados no local e mantidos por mais de 24 horas: <ul style="list-style-type: none"> • a 41°F - 7 dias incluindo o dia de preparo • a 45°F - 4 dias incluindo o dia de preparo • Resfrie alimentos em recipientes rasos (4 polegadas ou menos).
<p><i>Durante o Reaquecimento</i></p>	<p>Sobrevivência e Crescimento de Bactérias e Produção de Toxinas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Reaqueça rapidamente os APPs até uma temperatura de 165°F (em 2 horas ou menos) e mantenha a 140°F.

PREVINA CONTAMINAÇÃO

Princípio Chave	Perigo	Mensagem de Segurança Alimentar
	<p>Contaminação Microbiológica e Física</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Evite o contato direto das mãos com os alimentos prontos para consumo utilizando utensílios, tais como, luvas descartáveis, lenços de papel, espátulas, pinças ou utensílios descartáveis. • Minimize o contato direto das mãos com os alimentos expostos que ainda não estejam prontos para consumo. • Armazene os alimentos em recipientes fechados ou em embalagens originais. • Não armazene alimentos embalados com embalagens absorventes em contato direto com gelo ou água. • Não armazene alimentos não embalados em contato direto com gelo derretido. • Lave frutas e verduras antes de cozinhá-los ou servi-los. • Armazene os alimentos em um local limpo e seco, longe de respingos, poeira ou outros agentes contaminadores, e que esteja 6 polegadas acima do chão.
<p>Prevena Contaminação Cruzada</p> 	<p>Contaminação Cruzada</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Separe alimentos crus de origem animal dos alimentos de origem animal prontos para consumo, e dos outros alimentos prontos para consumo (sushi, moluscos, frutas e verduras) durante o armazenamento, preparo, período de espera e serviço.
	<p>Contaminação Microbiológica</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Limpe e desinfete termômetros de alimentos antes e depois de cada medição de temperatura de alimentos crus e prontos para consumo.
	<p>Contaminação Cruzada</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Não misture os alimentos crus de origem animal com os alimentos cozidos.
<p>Mantenha Limpas as Superfícies de Contato com Alimentos</p> 	<p>Contaminação Microbiológica</p>	<p>Limpe e desinfete equipamentos e utensílios que entrem em contato com alimentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Antes de manusear um alimento diferente de origem animal cru (carne bovina, peixe, cordeiro, porco e ave). • Quando você parar de trabalhar com os alimentos crus e começar a trabalhar com os alimentos prontos para consumo. • Entre o preparo das frutas e verduras cruas e dos Alimentos Potencialmente Perigosos. • A qualquer momento em que uma contaminação possa ter ocorrida durante o processo. • A cada 4 horas, caso utilizados com os Alimentos Potencialmente Perigosos em temperatura ambiente acima de 55°F. • Limpe e desinfete termômetros de alimentos antes de utilizá-los ou armazená-los.

