



ERIS

Entidade Reguladora
Independente da Saúde

ALIMENTOS SEGUROS

BOLETIM TRIMESTRAL Nº 01, JAN - MAR | 2020



DENUNCIE!

Poderá dirigir à ERIS as suas queixas e denúncias relacionadas aos estabelecimentos e produtos alimentares, através dos seguintes **contactos**:

 262 64 10 / 57

 262 49 70

 inspecao.alimentar@eris.cv

 www.eris.cv

A COVID-19 E O SEU IMPACTO NA SEGURANÇA SANITÁRIA DE ALIMENTOS

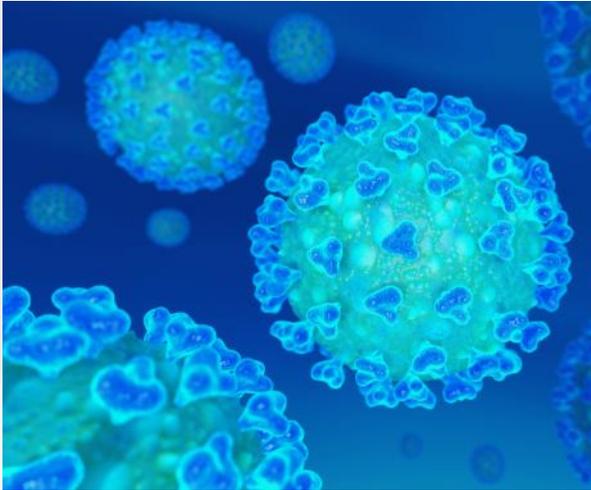
COVID-19 é uma doença causada por um vírus pertencente à família dos coronavírus, a recém-descoberta estirpe SARS-CoV-2. A doença começou a ser relatada em dezembro de 2019, tendo-se espalhado pelo mundo e, por isso, foi declarada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como pandemia, a 11 de março de 2020.

De acordo com a OMS, os principais sintomas da COVID-19 são febre, cansaço e tosse seca. Os pacientes podem ter dores, congestão e corrimento nasal, dor de garganta ou diarreia. Estes sintomas geralmente são leves e começam gradualmente.

Algumas pessoas são infetadas, mas não apresentam sintomas e não se sentem mal. A maioria das pessoas (cerca de 80%) se recupera da doença sem precisar de tratamento especial.

www.eris.cv

A COVID-19 E OS ALIMENTOS



As experiências de surtos anteriores causados por outras estirpes de coronavírus, como a Síndrome Respiratória Aguda Grave, causada pelo SARS-CoV e a Síndrome Respiratória no Oriente Médio, causada pelo MERS-CoV, mostram que a transmissão pelo consumo de alimentos não ocorre.

Assim, acredita-se que o novo coronavírus, causador da COVID-19, tenha um comportamento de transmissão semelhante.

Até ao presente não existe evidência de que os alimentos são uma via ou fonte provável de transmissão do novo coronavírus.

No entanto, o novo coronavírus continua a ser objeto de diversas investigações científicas, numa tentativa de responder rapidamente à crise sanitária em andamento. Diversas entidades e especialistas estão a acompanhar o surto, para manter a população informada sobre as novas descobertas e informações adicionais.

Assim, apesar de não existirem evidências da transmissão da doença pelo consumo de alimentos, deve-se aplicar o princípio da precaução e as boas práticas de higiene e de segurança sanitária durante a manipulação, confeção, transporte e consumo dos alimentos devem ser reforçadas.

BOAS PRÁTICAS DE HIGIENE



O cumprimento e a execução das medidas de higiene, durante as várias etapas de preparação, confeção, transporte e consumo dos alimentos, contribui para a prevenção da COVID-19, devendo ser continuados.

De entre as boas práticas de higiene e segurança sanitária, a higienização das mãos e das superfícies que são contactadas diariamente é algo primordial, uma vez que o toque das mãos nestas superfícies pode aumentar o risco de transmissão da doença.

No setor alimentar, as áreas de atendimento ao público, áreas de manipulação de alimentos e instalações sanitárias são consideradas as zonas de maior risco para a transmissão do novo coronavírus. Deste modo, mais do que nunca, é imprescindível a adoção das boas práticas ao manipular os alimentos, dentre as quais se destacam:

- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca.
- Não falar, tossir ou espirrar sobre os alimentos, superfícies ou utensílios.
- Cobrir a boca e nariz com a parte interna do cotovelo ou com um lenço, que deve ser descartado após a sua utilização.
- Evitar estar com outras pessoas, e se sentir sintomas (febre, cansaço e tosse), contatar os profissionais de saúde através da linha verde: **800 11 12**.

A IMPORTÂNCIA DA LAVAGEM DAS MÃOS



As mãos são a principal via de transmissão do vírus causador da COVID-19. São elas que entram em contato com superfícies contaminadas e levam o vírus às mucosas do organismo (olhos, nariz e boca) e / ou para outras superfícies, criando assim a cadeia de transmissão.

Uma das principais estratégias de prevenção para eliminar o vírus das mãos e quebrar o ciclo de transmissão é a sua lavagem frequente e correta, com água e sabão ou a sua desinfecção.

COMO LAVAR AS MÃOS:

Ao lavar as mãos, tenha a certeza que cumpre as etapas abaixo indicadas, de forma a eliminar o vírus de quaisquer partes das mãos.



LAVE AS MÃOS CORRETAMENTE

Os **manipuladores de alimentos** devem lavar as mãos sempre que possível e principalmente:

- Assim que chegar ao estabelecimento;
- Antes de entrar na área de manipulação;
- Sempre que efetuar a receção da matéria-prima/subsidiária;
- Antes de começar a manipular os alimentos;
- Sempre que mudar de tarefa;
- Após a manipulação de resíduos e lixo;
- Após utilizar a casa de banho;
- Após mexer no cabelo, maçanetas de portas, telemóveis e outros objetos estranhos à área de manipulação;
- Sempre que as mãos estiverem visivelmente sujas, devido à realização de alguma tarefa.



1. Passe as mãos (palma e dorso) e o antebraço por água corrente.



2. Utilize, de preferência, sabão líquido para ensaboar o antebraço, a palma e o dorso das mãos.



3. Ensaboe os espaços entre os dedos, esfregue as palmas das mãos entre si com os dedos entrelaçados.



4. Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta (e vice-versa), segurando os dedos.



5. Esfregue os polegares com o auxílio da palma da mão oposta, utilizando movimentos circulares.



6. Esfregue as pontas dos dedos e unhas de uma mão contra a palma da mão oposta (e vice-versa).



7. Esfregue os punhos com auxílio dos dedos e palma das mãos, com movimentos circulares.



8. Passe novamente as mãos e o antebraço por água corrente para remover o sabão.



9. Seque as mãos com uma toalha limpa e de uso individual, com toalhas de papel descartável ou secador de mãos elétrico.

A LAVAGEM DAS MÃOS NOS ESTABELECIMENTOS ALIMENTARES:

De acordo com o [Decreto-Lei nº 25/2009](#), de 20 de julho, as instalações de estabelecimentos alimentares devem dispor de:

- **Lavatórios em número suficiente**, equipados com torneira de acionamento não manual.
- **Materiais para higienização das mãos**, como água limpa e sabonete líquido com poder desinfetante e de remoção de impurezas.
- **Materiais para a secagem higiénica das mãos**, como toalhas descartáveis (papel toalha) ou secador elétrico.
- Os **Lavatórios de lavagem das mãos devem estar corretamente localizados**, em locais estratégicos e exclusivos para este fim.

A IMPORTÂNCIA DA LIMPEZA DAS SUPERFÍCIES

Uma vez que o vírus SARS-CoV-2 pode permanecer ativo durante algumas horas até vários dias em diversas superfícies (mesas, estantes, fogões, frigoríficos, arcas, utensílios de cozinha, prateleiras e ainda nas próprias embalagens dos alimentos), o aumento da frequência de limpeza e desinfecção das superfícies é essencial para eliminação do vírus.

Todas as superfícies devem ser higienizadas, dando especial atenção aos cantos e locais de difícil acesso. A higienização deve ser realizada sempre no sentido de cima para baixo e das áreas mais limpas para as mais sujas.

Em muitos casos, é necessária uma fase preliminar de preparação das superfícies, para a concretização das etapas de limpeza e desinfecção. Com as superfícies preparadas, realiza-se a **limpeza** que tem a finalidade de remover sujidades grosseiras (sólidos visíveis), gorduras incrustadas, e outras impurezas orgânicas ou inorgânicas.

Devido à pandemia da COVID-19, deve-se priorizar a realização da limpeza húmida.



NA BU KAZA

COMO DESINFETAR AS SUPERFÍCIES



Após efetuada a limpeza, segue-se a **desinfecção das superfícies**, com vista a eliminar ou reduzir a presença de microrganismos. Para a remoção eficaz de microrganismos, devem ser utilizadas soluções desinfetantes, recomendadas para uso no setor alimentar (por exemplo, hipoclorito de sódio, popularmente denominado de lixívia).

Na desinfecção das superfícies, deve-se seguir as seguintes indicações:

- 1º Prepare uma solução desinfetante, adicionando 1 colher de sopa de lixívia a 1 litro de água;
- 2º Lave primeiro as superfícies com água e detergente apropriado;
- 3º Espalhe uniformemente a solução desinfetante nas superfícies;
- 4º Deixe a solução atuar nas superfícies durante pelo menos 10 minutos ou conforme o tempo indicado nas instruções constantes no rótulo do produto;
- 5º Enxague as superfícies só com água;
- 6º Deixe secar ao ar.