

Higiene Pessoal

As normas de higiene pessoal são regras básicas e simples de seguir. É indispensável que todo manipulador de alimentos siga corretamente essas regras.

Uniforme

- Cores claras;
- Apresentar bom aspecto;
- Estar limpo e bem conservados;
- Lavados e trocados diariamente;
- Sapatos deverão ser fechados;
- Não carregar objetos no bolso que possam contaminar os alimentos, a tendência é que os uniformes não tenham bolsos.

Cabelos

- Devem sempre ser mantidos presos e cobertos por toucas ou redes.

Higienização

- As mãos devem sempre estar higienizadas;
- As unhas devem ser mantidas curtas, limpas e sempre sem esmaltes ou base;
- É necessário higienizar as mãos sempre que: o trabalho for iniciado, após usar o banheiro, após trabalhar com alimentos crus, sempre que lidar com objetos sujos, caso as mãos tenham contato com qualquer outra parte do corpo ou encostar em outras pessoas, no momento em que retornar ao local de trabalho e etc.

BOAS PRÁTICAS DE HIGIENE PESSOAL no preparo e manuseio de alimentos



Não é permitido usar desodorantes que tenham perfumes ou colônias para evitar a contaminação dos alimentos que podem absorver odores de substâncias.

Usar barba ou qualquer tipo de adorno (brinco, pulseira, colar, aliança, etc.) também **não é permitido**, pois a barba pode cair na superfície do alimento e contamina-lo. E os adornos não representam somente perigos físicos para o colaborador, como também apresentam riscos biológicos pois a quantidade de sujidades e microrganismos que existem escondidos nesses objetos é muito alta.



Referências

ASSIS, Luana de. **Alimentos Seguros:** Ferramentas para gestão e controle da produção e distribuição. Rio de Janeiro: Senac Nacional, 2011.360 p.