

## RESPOSTAS ÀS PERGUNTAS DE AUTOAVALIAÇÃO

### SAQ 1

- a. As pessoas estão sujas em termos bacteriológicos, uma vez que estão cobertas de bactérias, especialmente em torno do nariz, boca, zona genital e ânus.

A respiração normal espalha os germes e os atos de tossir e espirrar fazem com que se disseminem ainda mais rapidamente. Tocar ou coçar qualquer parte do corpo transfere germes para as mãos, podendo assim ser transferidos para qualquer outro lugar.

- b. Porque somos demasiado frágeis! Qualquer processo que pudesse realmente matar as bactérias iria também prejudicar as pessoas. Temos de nos contentar em reduzir o número de bactérias e, em seguida, restringir as restantes utilizando vestuário limpo.

### SAQ 2

- a. As bactérias multiplicam-se e reproduzem-se dividindo-se em duas novas bactérias quando alcançam um determinado tamanho.
- b. 500.000.000 - sim, 500 milhões de bactérias numa cabeça de alfinete.
- c. 4.000.000.000. Se tivéssemos perguntado o número após 8 horas, a resposta teria sido cerca de 8.400.000.000.000.000. O volume deste número de bactérias seria de aproximadamente 18 litros (cerca de 4 galões) - a cabeça de alfinete ter-se-ia tornado em alguns baldes cheios!

### SAQ 3

- a. É importante compreender a diferença entre estes tipos de desinfetantes. Os desinfetantes residuais duram muito tempo, agarram-se às superfícies e deixam resíduos.

Os desinfetantes não residuais não duram tanto tempo, pois evaporam das superfícies e não deixam qualquer resíduo.

- b. i. Normalmente, os desinfetantes residuais são à base de **fenol**.  
ii. Os desinfetantes não residuais são frequentemente à base de **cloro ou iodo**.
- c. Áreas  
i. Residuais: Devem ser utilizados em instalações sanitárias, drenos, caixotes do lixo, pátios e, normalmente, **fora das instalações de processamento de alimentos**.  
ii. Não residuais: Devem ser utilizados em instalações de processamento de alimentos, para equipamento de limpeza e imersão, caixas de peixe, etc.

**SAQ 4**

A sua resposta deveria conter estes pontos:

- Manter afastados de alimentos;
- Manter os alimentos a baixas temperaturas;
- Manter sempre os números reduzidos através de limpeza frequente;
- Não facilitar a sua transferência entre alimentos devido à utilização de superfícies e equipamento sujos. **Manter frio - manter limpo.**

**SAQ 5**

Em geral: É da responsabilidade das autoridades locais, que terão responsáveis a tempo inteiro nomeados para supervisionar a operação da lei.

**SAQ 6**

Esta questão é bastante difícil porque a verdadeira resposta é "não sei", mas acreditamos que, no mínimo, deve ser:

- Duas vezes num barco;
- Três vezes num mercado;
- Três vezes no processamento;
- Três ou quatro vezes posteriormente.

Assim, sendo, um bom palpite seria, no mínimo, dez vezes e, possivelmente, um máximo de quinze vezes.

**SAQ 7**

- a. Os azulejos são a melhor opção, uma vez que são não porosos e fáceis de limpar. Além disso, se forem bem colocados, não partem facilmente. O betão é poroso e parte. Os azulejos são mais fáceis de substituir, mas pode ser necessário fazê-lo mais frequentemente do que a reparação do betão.
- b. Problemas dos azulejos - podem ser escorregadios e é necessário prestar uma atenção especial às uniões.

**SAQ 8**

**Visualmente limpo** significa que tem um aspeto limpo. Algumas bactérias serão eliminadas, mas muitas sobreviverão.

**Bacteriologicamente limpo** significa que praticamente todas as bactérias foram destruídas.

**SAQ 9**

- a. Deve ser removido das instalações de processamento de alimentos para recipientes de resíduos à medida que é produzido. Os recipientes de resíduos devem ser esvaziados e limpos, pelo menos, de dois em dois dias.
- b. Os recipientes devem ter tampas que se ajustem na perfeição. Nunca devem ser cheios demais. Devem estar, no mínimo, a 60 cm do solo para poderem ser limpos na parte inferior.

**SAQ 10**

A higiene pessoal é a única área sobre a qual tem total controlo! É a única pessoa que pode garantir que as suas normas de higiene são ideais.

**SAQ 11**

É muito difícil limpar por baixo de objetos que se encontram a menos de 25 cm do solo. É muito fácil deixar resíduos sob as máquinas, criando as condições ideais para o desenvolvimento de pragas. O equipamento deve estar nivelado com o solo e selado ao mesmo, elevado, no mínimo, 25 cm, ou ser fácil de deslocar para efetuar a limpeza.

**SAQ 12**

O enxaguamento com água fria não apresenta qualquer desvantagem e é mais barato do que com água quente. É particularmente útil para remover sangue, viscosidades e qualquer substância à base de proteína.

**SAQ 13**

- a. Cubra com um penso limpo, impermeável e com uma cor vívida e informe o seu empregador do problema.
- b. Vamos deixar de lado as piadas, mas **tem de notificar o seu empregador**. Deve informá-lo mesmo se não for trabalhar, para que ele possa realizar procedimentos de limpeza especiais, se necessário. O seu empregador informá-lo-á de quando poderá regressar ao trabalho.

**SAQ 14**

Se as pessoas não vestirem roupas adequadas para as instalações de processamento de alimentos e não tiverem lavado as mãos, são tão perigosas para a saúde humana como quaisquer outras pragas.

**SAQ 15**

Seguem-se algumas sugestões. Esperamos que as suas sejam semelhantes.

- i. Mantenha-os afastados - diferentes pragas exigem diferentes medidas.
- ii. Não os atraia - isto significa limpeza no interior e exterior.
- iii. Não os alimente - quer seja deliberadamente (gatos, cães, pássaros) ou acidentalmente ao não cobrir os alimentos nem colocar as tampas nos recipientes.
- iv. Remova-os assim que detetar a sua presença - contacte o EHO se necessário.

### **SAQ 16**

Poderia ter dito:

- i. As toxinas envenenam muito mais rapidamente.
- ii. Normalmente, as toxinas não são destruídas através da cozedura ou reaquecimento. Uma exceção é a toxina do botulismo, que é facilmente destruída através do calor.

### **SAQ 17**

O mais provável seria reparar em orifícios em sacos ou, por vezes, marcas de desgaste nos recipientes.

Poderia encontrar dejetos se procurasse no interior dos armários ou atrás do equipamento com uma lanterna.

### **SAQ 18**

Esta é uma pergunta difícil!

A resposta é SIM, mas tem de haver um reservatório entre o tubo de drenagem da água residual e o esgoto. As instalações sanitárias já possuem reservatórios incorporados e isto é essencial.

### **SAQ 19**

Porque as bactérias responsáveis pelas intoxicações alimentares não se multiplicam muito bem abaixo dos 5 °C ou acima dos 63 °C, enquanto a maioria das bactérias se multiplica bastante bem entre estas temperaturas. O melhor é manter o peixe a uma temperatura inferior a 5 °C.

Lembre-se de que estes são valores mínimos e máximos legais.

### **SAQ 20**

Pode considerar esta pergunta um pouco confusa, uma vez que utilizamos o termo "vestuário de proteção" de duas formas:

- Vestuário que mantém o utilizador protegido = EPI;
  - Vestuário que protege os alimentos do utilizador = vestuário higiénico.
- a. Os regulamentos abordam a proteção dos alimentos e exigem que qualquer parte do corpo que possa estar em contacto com os alimentos esteja coberta com vestuário limpo, exceto as mãos, que devem ser lavadas de forma regular. Por exemplo, devem ser usados vestuário protetor, aventais impermeáveis, galochas, chapéu, etc.
  - b. Deve lavar regularmente - de dois em dois dias, ou mesmo diariamente, e envolvê-lo na totalidade por uma cobertura para a cabeça adequada, sempre que manusear alimentos.

### SAQ 21

**Clorização** Adicionar cloro à água transforma-a num desinfetante suave. A utilização regular de água com cloro mantém o número de bactérias reduzido e torna a rotina de limpeza mais fácil.

### SAQ 22

Esperamos que tenha sido necessário pensar para responder a esta pergunta!

Se lavar uma superfície, remove muitas bactérias, provavelmente até elimina algumas se utilizar detergente. No entanto, muitas permanecem.

A necessidade de esterilização da superfície depende dos padrões de higiene necessários.

### SAQ 23

- a. Higiénico Podia dizer-se muito sobre este ponto, mas uma forma adequada de resumir é "um nível de limpeza que impede o desenvolvimento de doenças de origem alimentar".
- b. Limpo Deveria ter mencionado que existem dois níveis. Visualmente limpo e bacteriologicamente limpo. Pretende que tudo esteja visualmente limpo, pois tal dá uma boa impressão aos clientes e este é um bom princípio. A higiene completa requer que as superfícies e o equipamento estejam também bacteriologicamente limpos.
- c. Bactérias Muitos livros foram escritos com este título e nós apenas deixamos algumas linhas. Só pretendíamos que mencionasse que são organismos pequenos por vezes designados como germes. Estão em todo o lado. Podem multiplicar-se rapidamente. Embora muitos tipos de bactérias sejam inofensivos, podem causar problemas como deterioração do peixe ou intoxicações alimentares.

- d. Sujo O oposto de limpo. O ponto principal aqui é, se existirem bactérias, o artigo está sujo, mesmo se não parecer.
- Uma faca brilhante ou uma superfície de trabalho está suja se existirem bactérias. As suas mãos recentemente lavadas estão sujas se tiverem ficado cobertas de bactérias que se encontravam na maçaneta da porta.
- Neste sentido, tudo está sujo a menos que tenha adotado algumas medidas para o limpar e manter livre de bactérias.
- e. Nocivo Deve pensar nos efeitos nocivos das bactérias. Todas as bactérias são nocivas para o peixe depois de este ser apanhado. Causam deterioração e podem também resultar em intoxicação alimentar. O resultado final é peixe de fraca qualidade que pode ser prejudicial para:
- O setor piscatório em geral;
  - Você e a sua empresa, caso seja legalmente acusado;
  - As pessoas que possam sofrer intoxicações alimentares.

#### SAQ 24

Todos contêm doenças e bactérias responsáveis pelas intoxicações alimentares. Pode ter dito que todos estão sujos.

#### SAQ 25

Deveria ter mencionado que:

Um detergente é uma substância que ajuda a água a lavar reduzindo a tensão da superfície.

Além disso, ajuda à dissolução da sujidade na água, mantendo-a na espuma para que não assente. **Os detergentes não matam as bactérias** por si próprios.

#### SAQ 26

Cerca de 5 °C ou mais, o que é bastante fresco.

Muitos frigoríficos de uso doméstico funcionam a esta temperatura.

#### SAQ 27

Os materiais de limpeza devem ser armazenados num local afastado das instalações onde os alimentos são manuseados.



**SAQ 28**

- a. Do seu ponto de vista, a questão mais importante é que um desinfetante mata as bactérias.
- b. Podia responder duas das três seguintes opções.
  - À base de cloro;
  - À base de fenol;
  - À base de iodo.

**SAQ 29**

É aplicável a todos os alimentos disponíveis para venda para consumo humano.

**SAQ 30**

A sua resposta deveria ser algo semelhante a:

- i. Provocam a perda de qualidade e valor;
- ii. Podem envenenar as pessoas.

**SAQ 31**

Esperamos que tenha incluído estes pontos e, possivelmente, outros.

- a. **As instalações e o equipamento** devem ter o número mínimo possível de locais onde os resíduos alimentares e as bactérias se possam alojar. Deve ser difícil para a contaminação instalar-se e fácil remover a que se instalar.
- b. **Os materiais** têm de ser não porosos e devem ser limpos frequentemente sem sofrerem danos nem reterem o odor dos materiais de limpeza.
- c. **Disposição - as instalações** e o equipamento devem estar dispostos de forma a ser fácil limpá-los e a permitir um espaço do trabalho suficiente.

**SAQ 32**

- a. Lavagem das mãos:
  - Porque as mãos são o elemento mais provável de estar em contacto com os alimentos - é por este motivo que utilizamos o termo "manuseamento"!
  - Além disso, as mãos tocam em todo o tipo de possíveis meios de contaminação dos alimentos se não forem lavadas regularmente.
- b. Como rotina, as mãos devem ser lavadas, pelo menos, todas as vezes que entrar em instalações alimentares e:
  - Sempre que mudar de produto a manusear;

- Sempre que tocar numa superfície contaminada (incluindo em si mesmo);
- Após a utilização dos lavabos e antes de abandonar as instalações sanitárias;
- Depois de fumar, tossir, espirrar ou usar um lenço para limpar o nariz.
- Após fazer uma pausa, por exemplo, para comer ou beber algo na cantina;
- E sempre que considerar necessário.

### SAQ 33

Lembrou-se dos três esboços no texto com a seguinte informação:

- i. **Privação**, eliminando o seu alimento.
- ii. **Isolamento**, impedindo que se desloquem de um local para outro.
- iii. **Destruição**, usando desinfetantes ou agentes de higienização.

### SAQ 34

Se afirmou que higienização significa destruir todas as bactérias, confundiu-a com esterilização.

A higienização significa reduzir o número de bactérias para um nível seguro. Consulte novamente o texto para obter as definições.

### SAQ 35

A sua lista deve incluir, pelo menos, o seguinte:

- Antes de começar a trabalhar;
- Após a utilização dos lavabos;
- Após sair das instalações, independentemente do motivo, e antes de voltar a manusear alimentos;
- Após tocar em algo que possa estar contaminado;
- Quando muda de produto a manusear.
- E sempre que considerar necessário.

**SAQ 36**

A resposta breve é nenhuma! Os clientes confiam que todas as pessoas que manuseiam os alimentos trabalham de forma higiénica. Por isso, não deixe essas pessoas ficar mal, podemos ser uma delas.

**SAQ 37**

Enviariam uma amostra para análise num laboratório alimentar.

**SAQ 38**

- a. **Discordo** Pode ter considerado esta pergunta difícil, uma vez que fornecemos muitas informações sobre a rapidez com que se multiplicam se tiverem as condições ideais para o fazer. No entanto, é certo que continuam a multiplicar-se até as condições se tornarem impossíveis.
- b. **Discordo** Outra pergunta difícil - algumas bactérias conseguem multiplicar-se em alimentos pouco comuns e sob condições extremas. No entanto, é muito provável que continuem a multiplicar-se em alimentos comuns e sob condições normais.
- c. **Discordo** Na verdade, sobrevivem na água melhor do que em superfícies e necessitam de água para se multiplicarem.
- d. **Discordo** As bactérias responsáveis pelas intoxicações alimentares não ocorrem naturalmente nos alimentos, têm de chegar até eles de alguma forma.
- e. **Discordo** As intoxicações alimentares acontecem por **má gestão**. O acaso não tem nada a haver com o assunto.

**SAQ 39**

Pode ter mencionado outros pontos, mas estes são, possivelmente, os quatro mais importantes.

- i. Utilize na concentração recomendada.
- ii. Não misture com outros agentes de limpeza.
- iii. Deixe em contacto com a superfície o máximo de tempo possível.
- iv. Proteja a pele e os olhos de salpicos.

**SAQ 40**

Nenhuma é a resposta correta, mas o **extrato de piretro** é considerado seguro se for utilizado com cuidado. Todos os outros devem ser manuseados por especialistas.

**SAQ 41**

Estava provavelmente à espera de algo complicado, mas, quando utiliza um detergente, siga as instruções apresentadas no recipiente. Existem diversos tipos, logo deve seguir as instruções do fabricante.

**SAQ 42**

Para que a drenagem seja fácil após as lavagens frequentes. Devem estar inclinados em direção aos sistemas de drenagem.

**SAQ 43**

Vista o seu vestuário de proteção limpo e guarde-o fora das instalações de processamento de alimentos.

**SAQ 44**

Mantenha o resultado **(produto cozinhado)** totalmente afastado dos ingredientes iniciais (matéria-prima). Não manuseie um depois do outro sem lavar as mãos e mudar de vestuário protetor. É boa ideia ter vestuário protetor de cores diferentes para usar quando estiver a manusear os produtos cozinhados ou a matéria-prima. Adicionalmente, devem ser utilizados diferentes armários de refrigeração, recipientes, ferramentas e superfícies de trabalho.

**SAQ 45**

Esta pergunta pode ter parecido difícil, mas é bastante simples:

Quando utiliza equipamento de limpeza, este fica sujo e deve ser limpo antes da próxima utilização.

**SAQ 46**

É mais complicado do que a pergunta e as opções sugerem. A legislação relevante é a lei relativa à saúde e segurança no trabalho (Workplace (Health, Safety and Welfare) Regulations 1992). A Regulation 20 abrange as instalações sanitárias. Pode pesquisar a mesma online.

O número pode ser entre 4 para instalações sanitárias mistas ou apenas para mulheres e 3 sanitas e 2 urinóis quando se trata apenas de trabalhadores do sexo masculino. Em alternativa, para uma divisão 50:50, seriam 5 sanitas, 2 urinóis e vários lavatórios.

**SAQ 47**

Se o vapor condensar na tinta de esmalte, após algum tempo começará a libertar fragmentos, criando uma superfície porosa difícil de limpar. O revestimento de qualidade alimentar é considerado o melhor acabamento.

**SAQ 48**

Lavagem das mãos.

- É necessário que sejam disponibilizadas instalações e que sejam colocados avisos;
- Exige que lave as mãos frequentemente.

**SAQ 49**

Não se preocupe com os termos exatos, mas deve ter escrito algo semelhante a:

- a. Pássaros: Os dejetos de pássaros são o maior problema - não só porque vão diretamente para os alimentos, mas também porque são uma fonte de doenças a que os insetos podem aceder.
- b. Cães: Dejetos - vestígios que podem entrar nas instalações através do cão ou do calçado das pessoas. Pense na forma como calça e descalça os sapatos!
- c. Insetos. As doenças que transportam nas pernas e nos corpos.

**SAQ 50**

Pedimos-lhe que o fizesse desta forma porque, muitas vezes, é mais fácil lembrar-se de algumas palavras-chave. A nossa resposta seria:

- Remover os **resíduos** à medida que são produzidos;
- Enxaguar com água fria;
- Esfregar com água quente e limpa;
- Aplicar **desinfetante** e deixar secar.

**SAQ 51**

Este ponto é importante.

Todos os locais de trabalho deveriam ter o seu próprio **código de práticas de limpeza** e uma **rotina bem definida**.

Todos os colaboradores devem receber **instruções claras** sobre como realizarem a limpeza de forma adequada. Estas instruções devem ser exibidas de forma bem clara no local de trabalho.

**SAQ 52**

Entre sempre em contacto com o responsável pela saúde ambiental local.

**SAQ 53**

Rotina.

- Assim que uma rotina é estabelecida, é muito mais fácil executar as tarefas.
- Organiza-se para realizar as tarefas e estas tornam-se mais fáceis.

**SAQ 54**

1. Poderia ter escolhido duas das seguintes opções: resíduos de óleo, metais, resíduos radioativos e outros resíduos de produtos químicos.

2. É bastante difícil especificar - essencialmente, entra em contacto com algo que possui um odor ou sabor intenso que depois se torna um odor permanente no peixe. O peixe não tem o odor que deveria.

3. Bacteriana, química e física.

Bacteriana - frequentemente através do manuseamento sujo de peixe.

Química – equipamento sem a manutenção adequada, práticas de limpeza incorretas

Física através da introdução negligente de corpos estranhos.