

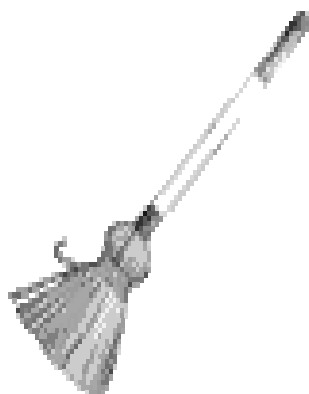
# RECOMENDAÇÕES AO CONSUMIDOR NA MANIPULAÇÃO DE ALIMENTOS

Você sabia que a maioria das doenças transmitidas por alimentos acontecem nas residências?

Dicas para evitar a contaminação dos alimentos:



<b>DICAS DE PREPARO / MANIPULAÇÃO</b>	Escolha alimentos elaborados de forma higiênica e com procedência conhecida	Leia com atenção o rótulo, siga as instruções do fabricante quanto a conservação depois de aberta a embalagem	Alimentos perecíveis não podem ficar fora de refrigeração
	A geladeira deve ser regulada para ficar a 5º C ou menos	Os ovos devem ser mantidos na geladeira, o prazo de validade deve ser observado e os ovos trincados não devem ser utilizados	Sempre descongele alimentos dentro da geladeira ou no microondas, nunca em cima da pia
	Cozinhe bem os alimentos, principalmente aves e ovos	Evite misturar alimentos crus com cozidos	Consuma os alimentos logo após serem preparados. Quanto maior o tempo de espera, maior o risco de contaminação
	Guarde os alimentos cozidos sob refrigeração. Mantenha os alimentos fora de alcance de roedores, insetos e outros animais		



<b>CUIDADOS DE HIGIENE</b>	Mantenha sempre limpas e secas as superfícies da cozinha	Os panos de pratos e as esponjas devem estar limpos e secos	As tábuas para carne devem ser de plástico e lavadas com água quente
	O ralo da pia deve ser lavado e enxaguado com água fervente ou água sanitária	A pia deve estar sempre seca. Evite lixeira de pia.	As mãos devem ser lavadas antes de lidar com os alimentos, principalmente após ir ao banheiro e mexer no lixo
	O lixo deve ser recolhido diariamente	Evite lixeira de pia.	



<b>CUIDADOS AO COMPRAR</b>	As carnes devem estar sob refrigeração, com cor e aspecto normais. Quando congeladas, não devem apresentar sinais de descongelamento ou amolecidas;	O peixe seco (bacalhau) deve estar livre de sinais de umidade e manchas róseas; deverá estar exposto protegido da poeira, insetos e em local seco;	Observar as indicações da embalagem, quanto ao fabricante, endereço, data de validade, modo de conservação e preparo, peso e número de registro no SIF, SISP quando se tratar de origem animal;
	As latas devem estar íntegras, sem sinais de estufamento e ferrugem;	As frutas secas devem estar armazenadas em local fresco, sem umidade e com embalagem íntegra. No caso de produtos vendidos a granel, observar a ausência de mofo e de insetos;	Os manipuladores de alimentos devem estar com as mãos limpas, unhas curtas, sem esmalte e adornos. Deve usar uniforme limpo e proteção no cabelo;