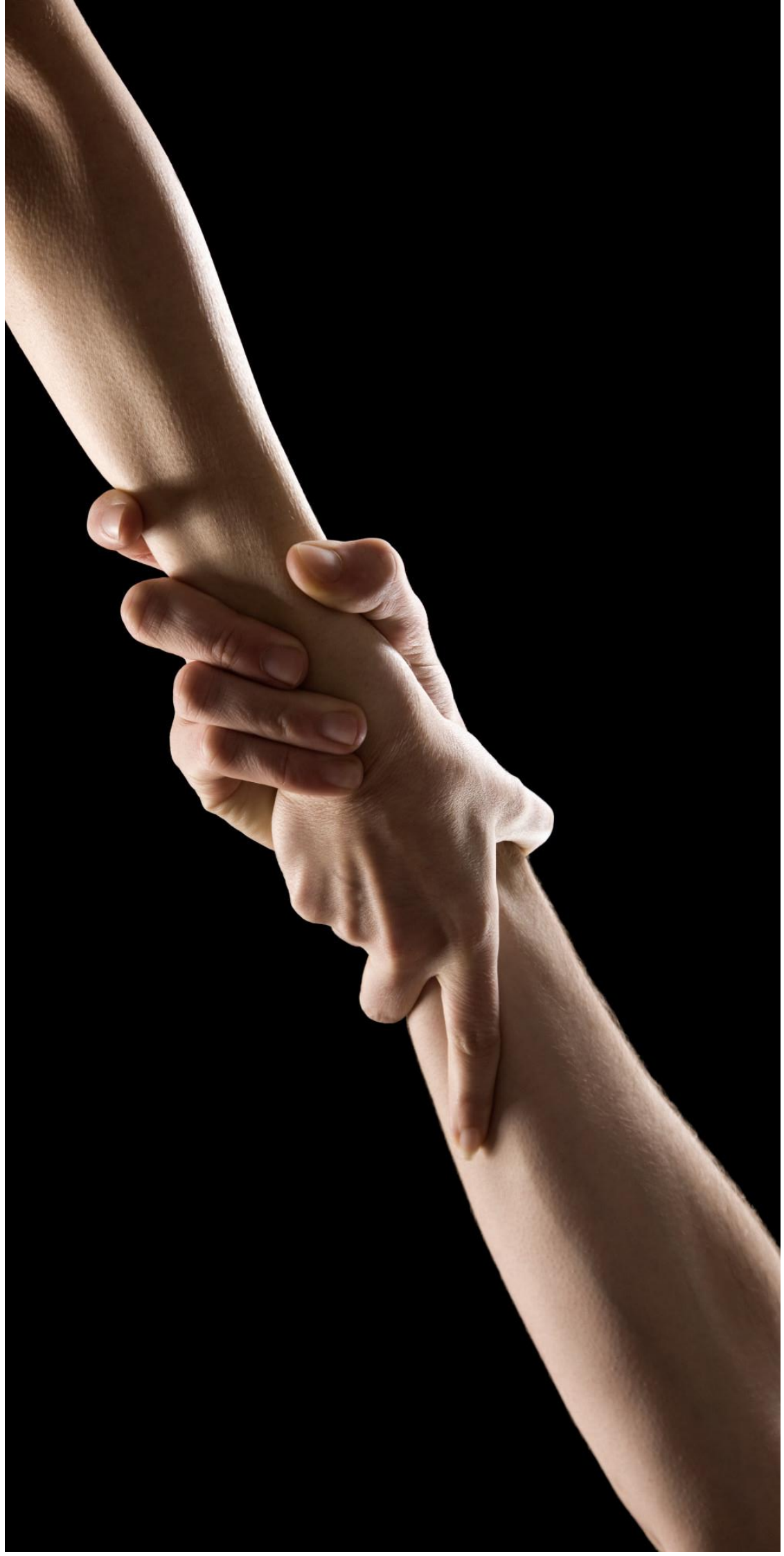


Doação de Alimentos Seguros

Instituições de Solidariedade Social



The background of the cover features a close-up photograph of two hands clasped together in a supportive grip. One hand is positioned to support the wrist of the other, symbolizing care and assistance. The lighting is soft and natural, highlighting the skin tones and the texture of the hands. The overall composition is clean and professional, with the hands centered against a light, neutral background.

Doação de Alimentos Seguros

Manual de Procedimentos



Índice

Capítulo 1 – <i>Enquadramento</i>	1
Capítulo 2 – <i>Conceitos</i>	3
Capítulo 3 – <i>Os Intervenientes</i>	6
3.1. Entidade Doadora	6
3.1.1. Responsabilidades	6
3.2. Entidade Recetora.....	8
3.2.1. Responsabilidades	9
3.3. Utente/Beneficiário.....	10
3.3.1. Responsabilidades	10
Capítulo 4 – <i>Alimentos Doados</i>	11
4.1. Seleção dos Alimentos para Doação	11
Capítulo 5 – <i>Higiene Alimentar</i>	14
5.1. Fontes e Veículos de Contaminação.....	14
5.2. Higiene das Instalações.....	14
5.2.1. Materiais e Revestimentos	16
5.2.2. Equipamentos e Utensílios	17
5.3. Higiene do Manipulador	18
5.4. Transporte dos alimentos doados.....	20
5.5. Armazenagem e Conservação dos alimentos doados na Entidade Recetora	22
5.5.1. Armazenagem em Ambiente Fresco e Seco	23
5.5.2. Armazenagem em Ambiente de Refrigeração	23
5.5.3. Armazenagem em Ambiente de Conservação de Congelados	25
5.5.3.1. Condições Necessárias à Congelação de Alimentos.....	26
5.5.3.2. Condições Necessárias à Descongelação de Alimentos	28
5.6. Preparação, regeneração e distribuição dos alimentos	29



5.6.1. Regras a seguir na Preparação	29
5.6.2. Regras a seguir na Regeneração (Reaquecimento).....	30
5.6.3. Regras a seguir na Distribuição	30
5.7. Gestão de Resíduos	31
5.8. Controlo de Pragas	32
5.8.1. Métodos de Controlo de Pragas	32
5.8.2. Plano de Controlo Integrado de Pragas (PCIP)	34
<i>Capítulo 6 – Rastreabilidade.....</i>	<i>36</i>
<i>Capítulo 7 – Sistema de Segurança baseado nos princípios HACCP</i>	<i>38</i>
<i>Referências Bibliográficas.....</i>	<i>71</i>



Capítulo 1 – *Enquadramento*

O acesso a alimentos em quantidades suficientes é um dos direitos universais mais elementares de cada indivíduo e sem o qual fica comprometida a sua sobrevivência. O acesso aos géneros alimentícios pode ocorrer de diversas formas: por produção para autoconsumo, por aquisição (consumidores), ou por doação. Tendo em conta as diferentes formas de acesso aos alimentos, existe a necessidade de regulamentar estas atividades.

A legislação alimentar tem como principal objetivo promover um elevado nível de proteção da vida e da saúde dos seres humanos e animais, bem como proteger os interesses dos consumidores relativamente aos géneros alimentícios.

No atual contexto económico-social, a solidariedade é um valor cada vez mais notado na sociedade portuguesa, sendo, contudo, fundamental garantir que os alimentos doados continuem a possuir características de segurança através da aplicação de procedimentos adequados de modo a preservar as suas condições de elegibilidade para consumo.

A principal linha de ação para prevenir o desperdício alimentar deve incidir na fonte, limitando a produção de excedentes alimentares em qualquer fase da cadeia de abastecimento alimentar (produção, transformação, distribuição e consumo), uma vez que, sempre que se gerarem excedentes de géneros alimentícios, o melhor destino, o que garante o aproveitamento mais nobre é a sua redistribuição para consumo humano.

Assim, a doação de géneros alimentícios contribui para o desenvolvimento sustentável - a luta contra a pobreza e a carência alimentar. Embora a redistribuição dos géneros alimentícios excedentes seja uma atividade cada mais frequente, e os fabricantes e os distribuidores de produtos alimentares estejam dispostos a doar os seus excedentes para os bancos alimentares e organizações de



beneficência, a quantidade de produtos alimentares redistribuídos ainda só representa uma pequena fração do total dos excedentes alimentares na União Europeia. De acordo com o estimado pela Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO), o desperdício alimentar nos países industrializados ascende a 1,3 milhões de toneladas por ano.

Tendo em consideração que os beneficiários das doações de alimentos pertencem muitas vezes aos grupos de sociais mais vulneráveis, como idosos, crianças e doentes crónicos, torna-se necessário dar uma especial atenção às condições de higiene em que se desenvolvem essas operações, por forma a se evitar a transmissão de agentes capazes de provocar doenças, nomeadamente toxinfecções alimentares.

O presente documento tem como objetivo central esclarecer os intervenientes na cadeia de doação sobre as boas práticas de higiene e requisitos de segurança dos alimentos que se aplicam a todo esse sistema



Capítulo 2 – *Conceitos*

Alimentos perecíveis – são os géneros alimentícios que se degradam (decompõem) com muita facilidade e rapidez e que requerem, por isso, cuidados especiais de acondicionamento e armazenamento. São alimentos com uma vida útil muito curta (horas).

Alergia alimentar - resposta imunológica exacerbada e específica a um determinado componente da dieta e que ocorre nos indivíduos sensíveis a uma determinada substância, designada “alergénio” (exemplos de alimentos que podem conter alergénios: soja, frutos secos, cereais, marisco, leite, mostarda, entre outros).

Beneficiário – a pessoa a quem se destinam os bens alimentares disponibilizados através da cadeia de doação de alimentos, independentemente do seu local de consumo.

Desinfeção – processo pelo qual se reduz o número de microrganismos existentes nas superfícies, ou nos alimentos um nível não suscetível de causar danos para a saúde.

Excedente alimentar – a quantidade de produto alimentar que sem estar planeado foi perdido ou desperdiçado excedendo o nível da sua procura, este inclui sobretudo alimentos perecíveis – frutos frescos, hortaliças, legumes, carnes e produtos da pesca frescos e produtos parcialmente formulados ou ingredientes alimentares que, por motivos comerciais ou outros, embora próprios para consumo humano são retirados do circuito comercial. Este excedente pode surgir em qualquer fase da cadeia de abastecimento alimentar – produção, processamento, manufatura, distribuição e consumo.

Género alimentício seguro – qualquer substância ou produto, não transformado, parcialmente transformado ou transformado, destinado a ser ingerido ou com razoáveis probabilidades de o ser. Não são considerados géneros alimentícios seguros as substâncias que são prejudiciais para a saúde e/ou impróprios para consumo humano.



Infeção alimentar – Doença causada pela ingestão de alimentos que contêm microrganismos patogénicos, que ao serem transferidos para o consumidor se multiplicam e causam doença, como por exemplo, Salmonelose e Toxoplasmose, entre outras.

Intolerância alimentar - Reação adversa, reprodutível e que não envolve o sistema imunitário do organismo, a um determinado componente(s) de certo(s) alimento(s), como por exemplo ,lactose, glúten, entre outros.

Intoxicação alimentar – doença causada pela ingestão de alimentos contaminados por toxinas produzidas por fungos ou bactérias e que crescem no próprio alimento e que podem depois afetar o consumidor causando doenças como o Botulismo ou a Aflatoxidiose, ou ainda pode ser causada pela presença de substâncias químicas no alimento como por exemplo, metais, pesticidas, etc.

Limpeza – ato que consiste na remoção da sujidade visível, restos de produtos e detritos, através de ações mecânicas e químicas. Tem por objetivo reduzir o número de microrganismos, de nutrientes disponíveis e de outros fatores que promovem a multiplicação dos microrganismos.

Pragas – Todos os animais nocivos que, nas formas do seu desenvolvimento natural, na água, nos alimentos e em áreas de abrigo, competem com os seres humanos devido ao aumento da sua população.

Produtos biocidas – são substâncias químicas utilizadas com o objetivo de destruir, repelir ou neutralizar um organismo prejudicial, prevenir a sua ação ou controlá-la de qualquer outra forma, por meios que não sejam a simples ação física ou mecânica. Podem ser agrupados em função da espécie alvo, em inseticidas, bactericidas, fungicidas, raticidas, formicidas ou baraticidas.

Produto pré-embalado ou pré-embalado – consiste num produto cujo acondicionamento foi efetuado antes da sua exposição para venda ao consumidor em embalagem, que em conjunto com este, é comercializada, de modo a que a quantidade de produto contido na embalagem tenha um



valor previamente escolhido e não possa ser alterada sem que a embalagem seja aberta ou sofra uma alteração visível.

Rastreabilidade – a capacidade de detetar a origem e de seguir o rasto de um género alimentício, de um animal produtor de géneros alimentícios ou de uma substância, destinados a ser incorporados em géneros alimentícios, ou com probabilidades de o ser, ao longo de todas as fases da produção, transformação e distribuição.

Recuperação de géneros alimentícios seguros e nutritivos para consumo humano – consiste em receber, com ou sem pagamento, géneros alimentícios (transformados, semitransformados ou crus) que, de outro modo, seriam eliminados ou desperdiçados pelas cadeias de abastecimento alimentar.

Redistribuição de géneros alimentícios seguros e nutritivos para consumo humano – operação que consiste em acondicionar, armazenar ou transformar e posteriormente distribuir os géneros alimentícios recebidos de acordo com os quadros de segurança regulamentares adequados, diretamente ou através de intermediários, com ou sem pagamento, às pessoas que a eles se destinam para ingestão.

Toxinfecção alimentar – doença causada pela ingestão de alimentos que contêm microrganismos patogénicos que libertam substâncias tóxicas para o organismo (por exemplo, Cólera).



Capítulo 3 – *Os Intervenientes*

3.1. Entidade Doadora

As organizações doadoras são os operadores de empresas do setor alimentar que podem ceder graciosamente excedentes alimentares em cada fase da cadeia de abastecimento alimentar, nomeadamente: produção primária, transformação e fabrico de géneros alimentícios, venda a retalho e outra distribuição, bem como os sectores da restauração e hotelaria.

3.1.1. Responsabilidades

Cada elemento da cadeia de doação de géneros alimentícios desempenha um papel social importante, ao qual não pode deixar de estar associada a responsabilidade quanto à segurança sanitária dos géneros alimentícios doados.

A responsabilidade da entidade doadora traduz-se na doação de géneros alimentícios que são seguros e tenham sido preparados, confeccionados e conservados de acordo com as boas práticas de higiene e produção até ao momento da sua entrega.

Tem ainda o dever de fornecer todas as informações relativas àqueles bens alimentares, no sentido de lhes proporcionar a melhor conservação possível até ao momento do consumo, assim como informar sobre eventuais efeitos adversos para a saúde decorrente da respetiva composição (alergia ou intolerância alimentares).

A entidade doadora que pretenda colaborar e fazer parte da cadeia de doação de alimentos deverá, inicialmente, ter informação suficiente para garantir o cumprimento dos requisitos legais,



nomeadamente no que concerne ao estabelecimentos e aos géneros alimentícios doados. Estes requisitos são apresentados no quadro seguinte:

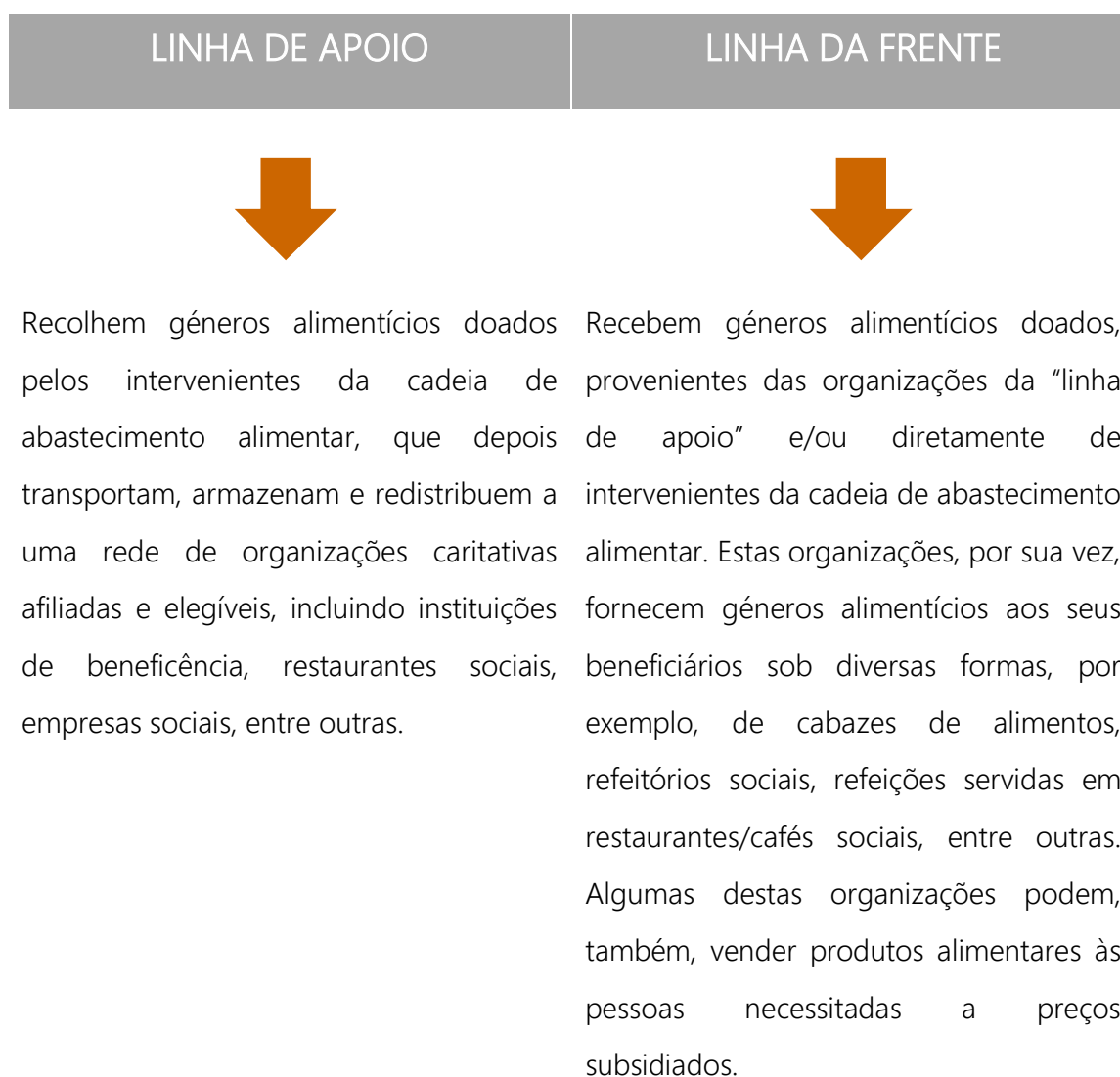
INFORMAÇÃO SOBRE A ENTIDADE DOADORA	INFORMAÇÃO SOBRE OS GÉNEROS ALIMENTÍCIOS
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Registo/Licença e/ou aprovação do estabelecimento para a atividade que desenvolve ✓ Garantia do cumprimento da legislação geral e específica ✓ Implementação de procedimentos de controlo baseados nos princípios HACCP com a devida flexibilidade 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Data de entrega ✓ Identificação dos produtos doados ✓ Peso ou n.º de unidades ✓ Outras informações que considere pertinentes. ✓ Produtos não pré-embalados deverão conter a indicação até quando deverão ser consumidos ✓ Produtos descongelados dar indicação que não deverão voltar a ser congelados

A partir do momento da que ocorra a doação a responsabilidade pela higiene e segurança dos géneros alimentícios passa a ser da entidade recetora, cessando a responsabilidade do elo anterior da cadeia de doação.



3.2. Entidade Recetora

As organizações implicadas na redistribuição dos excedentes alimentares são classificadas como organizações da “linha da frente” ou da “linha de apoio”, embora algumas desempenhem ambas as funções.





3.2.1. Responsabilidades

A entidade recetora que faz parte da cadeia de doação de alimentos poderá igualmente emitir e disponibilizar à entidade doadora, uma Declaração de Responsabilidade em como se compromete a assegurar o produto nas melhores condições de higiene até ao momento da entrega ao utente/beneficiário:

Condições Necessárias De Conservação e Higiene Dos Géneros Alimentícios

TRANSPORTE | CONSERVAÇÃO | DISTRIBUIÇÃO

- Cumprimento de uma rigorosa higiene pessoal e bom estado de saúde dos voluntários/colaboradores, sendo de especial importância uma adequada e frequente lavagem das mãos e o uso de fardamento, quando aplicável;
- Cumprimento das boas práticas de higiene na manipulação dos produtos alimentares;
- Garantia de que os utensílios e caixas que contactam com os alimentos são próprias para o efeito e estão em adequado estado de higiene e conservação;
- Manutenção de um adequado estado de higiene e conservação das instalações e equipamentos, assegurando que estejam livres de pragas e garantindo uma boa gestão de resíduos.



A responsabilidade cessa com o ato de entrega da refeição/bens alimentares ao utente/beneficiário. Deverá, no entanto, ser assegurado de que cumpriu todos os procedimentos para garantir a salubridade dos bens alimentares doados e, sempre que solicitado pelas autoridades competentes, fazer prova através de evidência documental.

3.3. Utente/Beneficiário

Da cadeia de doação, este é o último interveniente e responsável pela segurança sanitária dos bens alimentares que recebeu, a não ser que os géneros alimentícios sejam consumidos na entidade doadora. Neste caso, o doador é responsável pela segurança dos géneros alimentícios doados.

É necessário que sejam facultadas ao utente/beneficiário as indicações necessárias para lhe permitir utilizar os bens alimentares disponibilizados, da melhor forma.

3.3.1. Responsabilidades

O utente/beneficiário deve cumprir todas as indicações que lhe foram transmitidas, de forma a não comprometer a segurança dos géneros alimentícios que lhe foram doados, tendo em vista salvaguardar eventuais consequências para a sua saúde.

No início da inscrição como beneficiário poder-lhe-á ser entregue uma Declaração de Compromisso e Entendimento, que deverá ler e assinar, com informações relativamente às regras da colaboração que pretende estabelecer com a entidade doadora.



Capítulo 4 – *Alimentos Doados*

4.1. Seleção dos Alimentos para Doação

Os géneros alimentícios adequados para doação podem incluir, entre outros os produtos que:

- Não satisfaçam as especificações do fabricante ou do cliente, sem comprometer a sua segurança ou a informação ao consumidor;
- Tenham embalagens danificadas e/ou rotulagem alterada, mas sem comprometer a sua segurança ou a informação ao consumidor;
- Tenham indicações sazonais (tais como produtos destinados a uma determinada época de férias ou atividade promocional);
- Sejam colhidos nos campos com o consentimento do produtor;
- Tenham ultrapassado a data de durabilidade mínima, mas que ainda possam ser consumidos com segurança;
- Tenham sido recolhidos e/ou confiscados pelas autoridades reguladoras por razões que não estejam relacionadas com a segurança dos alimentos.

Podem ser doados alimentos que:

- Não tenham estado em contacto direto com consumidores;
- Tenham sido resguardados de outras fontes de contaminação;
- Tenham sido conservados a temperaturas adequadas;
- Tendo estado sem controlo térmico, esse período não tenha sido superior a 1 hora e 30 minutos.



Alimentos Sujeitos a Maior Atenção

Alimentos não sujeitos a tratamento térmico

- sobremesas com ovos crus
- frutas e saladas, sobretudo quando já cortadas

Alimentos preparados/confecionados com ovos e cujas temperaturas de confeção não atinjam os 70-75°C

- bacalhau à Brás
- ovos mexidos
- omeletes
- ovos estrelados ou escalfados
- salame de chocolate
- bolos com cremes "glacé"

Alimentos altamente perecíveis

- mariscos (bivalves e crustáceos)
- carne crua ou com insuficiente tratamento térmico (bife tártaro, rosbife, hambúrgueres mal passados)
- produtos da pesca com reduzido tratamento térmico
- preparados de comida japonesa crus (sushi)
- Alimentos ~~contendo~~ que contenham molhos com ingredientes crus (ex:maionese)



Os voluntários/colaboradores da entidade recetora devem estar atentos a alguns sinais que alertam para a falta de requisitos e para a garantia de salubridade dos produtos, no momento da recolha dos géneros alimentícios. Esses sinais poderão ser:

- Higiene deficiente das instalações, equipamentos e utensílios da entidade doadora;
- Higiene deficiente dos seus colaboradores;
- Deficiências de higiene das caixas de acondicionamento dos bens doados;
- Alterações das características organoléticas dos produtos (alterações de cor, sabor, cheiro ou textura);
- Incumprimento dos tempos/temperaturas de conservação, sobretudo dos géneros alimentícios mais perecíveis;
- Detecção da existência de pragas ou dos seus indícios.





Capítulo 5 – Higiene Alimentar

5.1. Fontes e Veículos de Contaminação

Em regra, os alimentos são uma matriz muito favorável ao desenvolvimento dos microrganismos. No entanto, a sua multiplicação depende:

- Do tipo de microrganismos presentes (bactérias, fungos, vírus, fagos);
- Das condições de conservação e/ou armazenamento.

Os alimentos podem desta forma servir de veículo de transmissão de agentes infecciosos que provocam doenças, pelo que a implementação de medidas de prevenção e de controlo, são aspetos fulcrais a ter em consideração na atividade de doação de alimentos.

Para isso, é necessário, conhecer as potenciais fontes das contaminações e a natureza dos veículos (alimentos). A contaminação de alimentos por microrganismos patogénicos é uma das principais causas de tox infeções alimentares. Nesse sentido, o voluntário/colaborador da cadeia de doação, deve estar sensibilizado para o facto de os microrganismos poderem chegar aos alimentos indiretamente, nomeadamente através de contaminação cruzada.

5.2. Higiene das Instalações

A higiene das instalações das Entidades Recetoras, bem como dos materiais e equipamentos onde se manipulam e são usados os géneros alimentícios, constitui um requisito fundamental para que os alimentos não sejam sujeitos a contaminações.



As instalações requerem um planeamento de:

- Zonas de trabalho definidas;
- Circuitos estabelecidos (princípio da marcha em frente);
- Áreas alimentares e não alimentares devidamente delimitadas;
- Escolha de materiais de construção e revestimento;
- Desenho higiénico dos equipamentos;
- Iluminação suficiente;
- Ventilação com potência adequada;
- Saneamento;
- Abastecimento de água potável quente e fria.

É, por isto, essencial a estruturação de um fluxograma de atividade que defina e organize as diferentes áreas de trabalho.


Quando não é possível um planeamento inicial das instalações, devem ser analisadas as instalações existentes e tentar adaptá-las por forma a seguir os mesmos princípios.

Todos os materiais deverão ser de fácil limpeza, laváveis, resistentes aos choques e sempre em bom estado de conservação.




5.2.1. Materiais e Revestimentos


Os tetos, paredes, pavimentos, portas e janelas deverão ter como principais características:




Construídos de forma a não provocar queda de partículas sobre os alimentos



União com pavimento deverá ser de preferência arredondada
Em locais de passagem poderão ser reforçadas com cantoneiras



Impermeáveis
Antiderrapante com adequada inclinação para os ralos
Rodapés arredondados
Ralos sifonados que permitam bom escoamento
Grelhas de escoamento removíveis para limpeza



Superfícies lisas
As portas de zonas de laboração deverão estar sempre fechadas e munidas de mola de retorno
As janelas com abertura para o exterior deverão estar munidas de redes mosquiteiras, facilmente removíveis para limpeza
Evitar uso de parapeitos



5.2.2. Equipamentos e Utensílios

As superfícies dos equipamentos e utensílios são suscetíveis de contactar diretamente com os géneros alimentícios, assim é necessário ter especial atenção às superfícies das zonas em que os alimentos são manuseados devendo estas ser facilmente limpas e, sempre que necessário desinfetadas. Para o efeito deverão ser usados materiais lisos, laváveis, resistentes à corrosão e não tóxicos.

Devem existir equipamentos e/ou instalações que permitam a manutenção dos alimentos a temperatura adequada, bem como realizar o controlo dessa temperatura.

Devem também existir locais para lavagem e secagem higiénica das mãos, com lavatório equipado com torneira, de preferência, de comando não manual.

Devem existir meios adequados para a lavagem e, sempre que necessário, desinfecção dos utensílios e equipamentos de trabalho.

Devem existir instalações e/ou equipamentos adequados de armazenagem e eliminação higiénicas de substância perigosas e/ou não comestíveis, bem como de resíduos líquidos e sólidos.



5.3. Higiene do Manipulador

A higiene deve ser entendida como um modo de estar profissional e não como um conjunto de regras e obrigações pessoais.

Qualquer cidadão que faça voluntariado na área alimentar é considerado manipulador de alimentos, devendo, por isso, cumprir as regras estabelecidas.

As pessoas envolvidas na doação de alimentos são responsáveis pela sua saúde e devem ter sempre presente que qualquer pessoa que manipule alimentos pode transmitir doenças às pessoas beneficiárias que ingerem os alimentos, podendo os agentes ser veiculados através dos alimentos ou serem transmitidos por contacto direto (p. ex.: tosse ou fluidos nasais).

Todos os voluntários que entram em contacto direto com os alimentos, que sofram ou sejam portadores de doenças facilmente transmissíveis através dos alimentos devem ficar interditos de manipular alimentos e de entrar em locais onde estes de manuseiem.

Deverão comunicar ao responsável da instituição, o qual deverá atribuir-lhe outras funções que excluam o manuseamento de alimentos.

Razões para o impedimento de manipulação de alimentos:

Feridas Infetadas

Infeções cutâneas

Inflamações

Diarreia

A Entidade Recetora deverá estabelecer procedimentos de higiene pessoal, tendo em consideração a proteção do cabelo, o uso de farda, a proteção de feridas, entre outros.



Sempre que adequado, deverá ser usado:

- Touca;
- Protetor de barba;
- Farda (uso exclusivo nas zonas de preparação dos géneros alimentícios);
- Lavagem frequente das mãos, bem como apresentar unhas curtas;
- Luvas descartáveis quando necessário, tendo sempre as mãos higienizadas;
- Kit's descartáveis para visitantes (mesmo que permaneçam pouco tempo nas instalações).

Normas de higiene pessoal a respeitar pelos voluntários/colaboradores da Entidade Recetora, durante o período de laboração:

- A farda de trabalho deve apresentar-se sempre limpa
- Manter os braços e antebraços perfeitamente limpos;
- Manter unhas curtas, limpas e sem verniz opaco;
- Não limpar as mãos ao pano de cozinha, avental e/ou fardamento;
- Não usar adornos pessoais, tais como, brincos, anéis, relógios, colares, entre outros;
- Manter o cabelo limpo e bem protegido;
- O uso de maquilhagem deve ser moderado;
- Não deve utilizar perfumes de cheiro muito intenso;
- Não comer, beber, fumar ou mascar pastilha elástica dentro das instalações;
- Não tossir ou espirrar diretamente sobre os alimentos ou superfícies de trabalho;
- Não cuspir ou expetorar dentro das instalações;
- Evitar levar os dedos à boca, nariz, ouvidos, olhos e cabelo, mas se tal acontecer, higienizar imediatamente as mãos;
- Não soprar ou meter as mãos dentro dos sacos de acondicionamento dos alimentos para os abrir mais facilmente;





- Não lamber o dedo ao embrulhar ou embalar bens alimentares;
- Não tocar com os dedos no interior das embalagens de acondicionamento dos alimentos;
- Nas pausas de trabalho não deixar as superfícies e instrumentos de trabalho sujos;
- Proteger feridas e golpes com uma dedeira ou luva descartável;
- Manter as luvas em bom estado de higiene e conservação;
- Prestar atenção e cumprir todas as recomendações em matéria de higiene pessoal afixadas nas Instituições;
- Utilizar utensílios apropriados para a manipulação de alimentos prontos a consumir;
- Não provar a comida com o dedo;
- Segurar os talheres/utensílios sempre pelo cabo;
- Guardar os haveres pessoais em local apropriado;
- Não usar o telemóvel nos locais de manipulação.

5.4. Transporte dos alimentos doados

O cumprimento de determinados requisitos no transporte de alimentos é extremamente importante na preservação das características organoléticas e de segurança dos produtos alimentares.

Os operadores devem cumprir, por isso, determinados requisitos no transporte de géneros alimentícios, nomeadamente:

- Os veículos de transporte e/ou contentores utilizados para o transporte de géneros alimentícios devem ser mantidos limpos e em boas condições, a fim de protegerem os géneros alimentícios de contaminações, devendo sempre que necessário, ser concebidos de forma a permitir uma limpeza e/ou desinfeção adequada;
- As caixas de carga dos veículos e/ou contentores devem transportar exclusivamente géneros alimentícios, se desse transporte puder resultar qualquer contaminação;



- Se os veículos e/ou contentores forem utilizados para o transporte de outros produtos para além do de géneros alimentícios ou para o transporte simultâneo de diferentes géneros alimentícios, deverá existir, sempre que necessário, uma efetiva separação dos produtos;
- Sempre que os veículos e/ou contentores tiverem sido utilizados para o transporte de produtos que não sejam géneros alimentícios ou para o transporte de géneros alimentícios diferentes, dever-se-á proceder a uma limpeza adequada entre os carregamentos, para evitar o risco de contaminação;
- A colocação e a proteção dos géneros alimentícios dentro dos veículos e/ou contentores deve ser feita de modo a minimizar o risco de contaminação;
- Sempre que necessário, os veículos e/ou contentores utilizados para o transporte de géneros alimentícios devem ser capazes de manter os géneros alimentícios a temperaturas adequadas e permitir que essas temperaturas sejam controladas.

Os requisitos relativos à higiene e segurança a serem cumpridos durante o transporte de géneros alimentícios, aplicam-se não só aos veículos de transporte de alimentos em geral, bem como a viaturas particulares que sejam usadas para o mesmo efeito. Neste último caso, é aconselhável a utilização de malas/sacos térmicos que permitam assegurar que a temperatura dos alimentos que necessitam de condições especiais de conservação se mantém constante.

O transporte pode ser realizado através do uso de viaturas particulares nos casos em que os espaços de tempo e/ou distâncias sejam curtos.



Quadro 1 - Temperaturas recomendadas e desvios aceitáveis no transporte de géneros alimentícios.

Produtos	Temperatura (recomendada)	Desvio (aceitável)
Refeições confeccionadas (quentes)	$\geq 65^{\circ}\text{C}$	-5°C
Refrigerados	$\leq 5^{\circ}\text{C}$	$+3^{\circ}\text{C}$
Congelados	-12°C	$+3^{\circ}\text{C}$
Ultracongelados	-18°C	$+3^{\circ}\text{C}$

Todos os alimentos devem ser transportados em malas/sacos térmicos isolantes, à exceção do pão, bolos secos, frutos secos, fruta e tubérculos.

5.5. Armazenagem e Conservação dos alimentos doados na Entidade Recetora

Podem ser considerados três tipos de armazenagem de géneros alimentícios em função da temperatura de conservação:

1. Armazenagem em ambiente fresco e seco
2. Armazenagem em ambiente de refrigeração
3. Armazenagem em ambiente de conservação de congelados

Em qualquer um dos três ambientes de conservação deverá ser sempre seguido o princípio do *"primeiro a expirar é o primeiro a sair"*, ou seja, os produtos deverão ser arrumados em função do



seu prazo de validade, no caso dos pré-embalados ou então tendo em conta a sua perecibilidade, que resulta das características intrínsecas e forma de conservação.

5.5.1. Armazenagem em Ambiente Fresco e Seco

Características do local de armazenamento:

- Ambiente fresco, seco e bem ventilado;
- Instalações em adequado estado de higiene e conservação;
- Sempre limpo e arrumado;
- Dotado de estrados e prateleiras:
 - As prateleiras devem estar ligeiramente afastadas das paredes, promovendo a ventilação e evitando o acesso de pragas;
 - Os estrados devem estar afastados do pavimento cerca de 20 cm.

Nota: Os ovos deverão ser guardados em local fresco e seco, nas embalagens de origem, mas suficientemente separados, não contactando diretamente com nenhuma outra mercadoria.

Na ausência de um local fresco e seco poderão ser guardados em refrigeração, fora dos alvéolos de cartão, em recipiente lavável, tendo em atenção a preservação do rótulo solidariamente com o produto.



Este tipo de armazenagem deve ser utilizado para os alimentos pouco perecíveis, nomeadamente, conservas e enlatados, massas, leguminosas secas, produtos desidratados, pão, leite UHT, entre outros.



5.5.2. Armazenagem em ambiente de Refrigeração

Características dos espaços de armazenamento:

- Adequado estado de conservação e higiene;
- Serem dotados de termómetro;
- No caso de câmaras de frio terem estrados amovíveis de material lavável e prateleiras dispostas de modo a permitir a circulação do ar.

Este tipo de armazenagem deve ser utilizado para os alimentos perecíveis, nomeadamente carne, pescado, leite e derivados, entre outros.

No caso de alimentos doados não pré-embalados (a granel), estes alimentos devem estar acondicionados em recipiente estanque com tampa, com identificação do conteúdo e data de consumo.





5.5.3. Armazenagem em ambiente de Conservação de Congelados

Na cadeia de doação de alimentos pretende-se que os produtos sejam colocados à disposição do recetor com a maior brevidade possível, considerando-se um intervalo temporal ideal não superior a 12 - 24 horas entre a doação e a ingestão.

A congelação não interfere com a segurança dos alimentos, mas sim com a sua qualidade, concretamente com as suas características organoléticas, podendo os géneros alimentícios perder algum sabor, tornarem-se mais secos, havendo também diminuição do valor nutricional devido à perda de alguns micronutrientes.

- **Quando se devem congelar alimentos doados?**

A congelação de alimentos deverá ser um procedimento pouco utilizado no sistema habitual da cadeia de doação, não deve ser tida como procedimento de rotina, no entanto poderão existir excedentes alimentares em grande quantidade num determinado período de tempo, que podem ter de ser guardados para escoamento numa data posterior.



Características do espaço de armazenamento:

- Adequado estado de conservação e higiene;
- Serem dotados de termómetro;



- No caso das câmaras de congelados, devem ter estrados amovíveis de material lavável e prateleiras que permitam a circulação do ar;
- Serem descongelados periodicamente.

O controlo de temperaturas (registo) dos equipamentos de conservação de congelados poderá ser realizado duas vezes ao dia, antes do início da laboração e no fim. Poderá ser feito o registo em modelo próprio, que fará parte integrante dos procedimentos de segurança alimentar da Entidade Recetora.

5.5.3.1. Condições Necessárias à Congelação de Alimentos

Para que, os alimentos sejam preservados nas melhores condições, é necessário ter em conta as seguintes regras:

- Caso os géneros alimentícios sejam frescos, a congelação deve ser imediata após a compra ou doação. Quanto mais precoce for o momento da congelação, melhor será o estado de conservação. Não sendo correto congelar os géneros alimentícios quando estes já estiveram vários dias em refrigeração.
- Não é possível voltar a congelar géneros alimentícios que já tenham sido descongelados. Uma vez descongelados os alimentos deverão ser consumidos ou confeccionados num intervalo máximo de 12 a 24 horas, desde que mantido refrigerados.
- No caso de alimentos pré-embalados deverá ser mantida a rotulagem do produto. No caso dos alimentos não pré-embalados estes devem ser devidamente acondicionados (envolvidos em materiais impermeáveis) de forma a evitar a contaminação de outros, a transmissão de odores e serem protegidos da desidratação e queimaduras pelo frio, e nestes deve constar a data de congelação.



- A congelação deverá ser efetuada em recipientes próprios, fechados ou acondicionados individualmente com película aderente. Não devem ser reutilizados sacos de supermercado.
- Os materiais de acondicionamento devem ter indicação de serem próprios para contactar com produtos alimentares e passíveis de utilizar em congelação. Devem ter na sua identificação os seguintes símbolos:



- Todos os alimentos congelados deverão estar rotulados/etiquetados. Na rotulagem/etiquetagem deverá constar a identidade (natureza) do conteúdo, peso (recomendado), data de congelação, data limite de consumo e entidade doadora. Relativamente ao prazo limite de consumo, quando este não foi definido pela entidade doadora, a instituição deverá defini-lo, no âmbito dos seus procedimentos internos relativos às regras de segurança dos alimentos.
- O processo de congelação dos géneros alimentícios deve ocorrer o mais rápido possível. Para tal, o acondicionamento deverá ser efetuado numa única camada, evitando peças muito volumosas, em que o centro térmico do alimento demore muito tempo a congelar.
- Os equipamentos congeladores utilizados, como as arcas congeladoras ou os congeladores verticais, devem mencionar, nas suas características técnicas, que permitem efetuar a congelação de géneros alimentícios. No seu manual de instruções estará indicado o local próprio, bem como o procedimento a ter para a congelação dos diferentes tipos de alimentos.



- O equipamento deverá estar em adequadas condições de conservação e higiene, respeitando a sua capacidade máxima de carga.
- Os tempos de abertura deverão ser os mais breves possíveis, de forma a evitar variações de amplitude da temperatura. Também o registo de temperaturas deverá ser efetuado duas vezes por dia.

5.5.3.2. Condições Necessárias à Descongelação de Alimentos

Em regra, os géneros alimentícios deverão ser descongelados lentamente, em ambiente refrigerado, de forma a preservar ao máximo das suas propriedades nutritivas, organoléticas e a sua segurança sanitária.

Dever-se-á ter atenção que o alimento não fique em contacto com os sucos ou exsudados resultantes da descongelação.

No caso de os géneros alimentícios serem descongelados dentro dos sacos, estes devem ser perfurados. Quando acondicionados em caixas, deve ser utilizada uma rede/grelha de descongelação no fundo do recipiente.

Após a descongelação (quer propositada, quer durante o transporte), os alimentos não deverão voltar a ser congelados, devendo ser mantidos em refrigeração e consumidos num prazo de 12 a 24 horas.








5.6. Preparação, regeneração e distribuição dos alimentos

Para preservação das características organoléticas e a segurança dos produtos, os fatores mais importantes que poderão ser controlados pelos voluntários da instituição são:

- Controlo das características à receção (sobretudo quando entregues diretamente na instituição);
- Evitar fontes de contaminação (cruzadas);
- Controlo do binómio tempo/temperatura, quando aplicável;
- Controlo da regeneração (reaquecimento), quando aplicável;
- Controlo da data limite de consumo e data de durabilidade mínima;
- Fornecer ao utente/beneficiário todos os elementos necessários ao bom uso do alimento que lhe é entregue (incluído informações sobre eventuais reações adversas).

5.6.1. Regras a seguir na Preparação

- A preparação de géneros alimentícios deve ser efetuada num local próprio, limpo e arrumado;
- O manipulador de alimentos deverá estar devidamente fardado, com as mãos lavadas e recorrendo ao uso de luvas sempre que necessário;
- Devem-se efetuar as tarefas sem interrupção, no entanto caso isso não aconteça, as mãos devem ser lavadas de novo e devem-se substituir as luvas, quando aplicável;
- Os utensílios e matérias que contactam com os alimentos devem ser seguros, próprios para uso alimentar, tendo também em consideração as temperaturas e locais onde vão ser utilizados:
 - São materiais próprios para irem ao microondas? 
 - Podem ir ao forno? 
 - Podem ser usados na congelação? 



5.6.2. Regras a Seguir na Regeneração (Reaquecimento)

- Assegurar que as condições de regeneração permitem reduzir a carga microbiana a níveis seguros (mínimo de 70°C no centro térmico do alimento durante pelo menos 2 minutos). No caso de alimentos líquidos aquecer até chegarem à ebulição;
- Não reaquecer os alimentos mais que uma vez!

5.6.3. Regras a Seguir na Distribuição

5.6.3.1 Serviço na Entidade Doadora/Instituição

❖ Manutenção a Quente:

- Servir de imediato as refeições após o reaquecimento ou colocar em banho de modo que a água atinja cerca de 90°C e assegurar que o recipiente que contém o alimento contacta com a água do banho-maria;
- Os alimentos colocados nos banhos-maria/expostos devem ser cobertos com tampas ou protegidos de forma a não terem contaminação exterior;
- Os alimentos devem ser mantidos a temperaturas superiores a 70°C;
- Rejeitar os alimentos que não foram consumidos depois de reaquecidos.

❖ Manutenção a Frio:

- Os alimentos expostos devem ser cobertos com tampas e protegidos de forma a não terem contaminação exterior;
- Manter as sobremesas frias em refrigeração até serem consumidas;
- Os alimentos e sobremesas refrigeradas devem ser mantidos a temperaturas inferiores a 5°C.

❖ Pratos cozinhados reaquecidos na instituição e entregues aos utentes para consumo em casa:

Informar os utentes/beneficiários que os alimentos foram reaquecidos e que deverão ser consumidos o mais rapidamente possível, não devendo ser arrefecidos ou novamente reaquecidos.



❖ **Pratos cozinhados refrigerados e entregues aos utentes para consumo em casa:**

Informar os utentes/beneficiários que os alimentos devem ser aquecidos a altas temperaturas e que deverão ser consumidos o mais rapidamente possível, não devendo ser arrefecidos ou novamente reaquecidos.

A melhor forma de efetuar o aquecimento é, no caso dos líquidos, deixar ferver e no caso dos sólidos aquecer num recipiente ao lume ou placa devendo essa recomendação ser transmitida ao utente/beneficiário. No entanto, se só for possível efetuar o aquecimento num microondas, é necessário ter o cuidado de homogeneizar o alimento, por forma a que este aqueça todo por igual e atinja uma temperatura elevada.



5.7. Gestão de Resíduos

Os contentores de resíduos devem:

- Ser de material facilmente higienizável (preferencialmente plástico ou metal);
- Ser higienizados diariamente;
- Ter tampa de acionamento não manual (pedal);
- Ser forrados com sacos de plástico;
- Ter diferentes características que permitam a separação dos resíduos.



Para permitir a valorização de resíduos e a proteção do meio ambiente deverá ser efetuada a separação seletiva de:



5.8. Controlo de Pragas

A existência de pragas provoca enorme perturbação pelos riscos que gera para a saúde pública, assumindo especial preocupação a transmissão de doenças. As infestações por pragas coloca em risco a saúde dos trabalhadores/voluntários, a salubridade dos alimentos produzidos, armazenados e distribuídos.

Existem diferentes tipos de pragas, nomeadamente, roedores, insetos rastejantes, insetos voadores e aves.

Os agentes que provocam as doenças (bactérias, vírus, parasitas) são transmitidos através do contacto direto do Homem com a praga, dos seus excrementos ou através do consumo de alimentos contaminados por estas.

5.8.1. Métodos de Controlo de Pragas

Para se prevenir a ocorrência de pragas devem aplicar-se medidas capazes de evitar o acesso das pragas às instalações.



No que diz respeito às instalações onde se manipulam alimentos deve-se:

❖ **Implementar medidas que impeçam o acesso das pragas ao interior dos estabelecimentos**

- Colocar redes mosquiteiras, facilmente removíveis para limpeza;
- Equipar as portas que tenham ligação para o exterior com mola de retorno;
- Colocar sistemas vedantes na parte inferior das portas;
- Equipar os ralos de drenagem com grelhas amovíveis;
- Manter as instalações em bom estado de conservação.



❖ **Implementar medidas que evitem o acesso das pragas a locais de abrigo e alimento**

- Higienizar diariamente as superfícies de trabalho, como bancadas e utensílios;
- Acondicionar os alimentos em recipientes herméticos tapá-los (p. ex.: com película aderente);
- Dotar os contentores de resíduos com tampa;
- Eliminar diariamente os resíduos e higienizar os contentores;
- Armazenar os produtos alimentares afastados do pavimento e das paredes.

❖ **Implementar medidas para deteção/eliminação das pragas que possam ter tido acesso ao interior do estabelecimento**

- Postos de engodo (armadilhas) para atração e captura de ratos;
- Postos com feromonas para captura de insetos rastejantes;
- Insetocutores ou insetocaçadores.

Utilização de medidas de controlo químico:

Nas zonas destinadas aos alimentos não devem ser utilizados biocidas de uso doméstico, como: sprays inseticidas, iscos rodenticidas, pós para formigas, uma vez que, estes constituem um risco de contaminação química e tóxica dos géneros alimentícios.

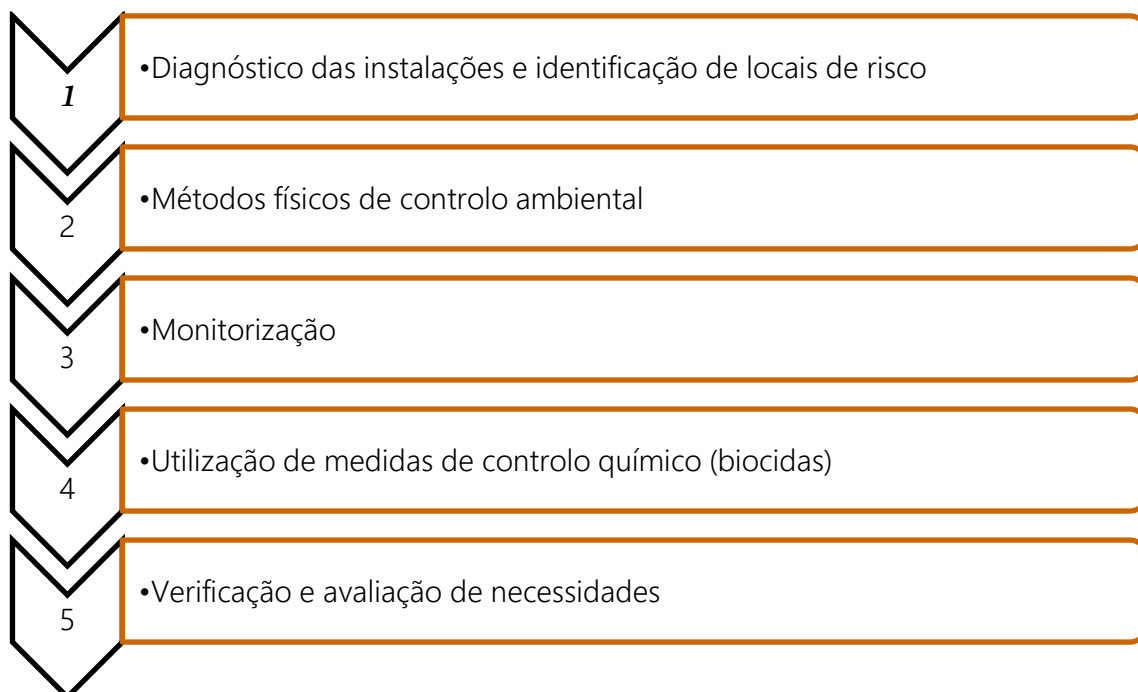


A desinfestação das instalações deve ser efetuada por empresas profissionais e especializadas com conhecimentos no controlo de pragas, que cumpra as regras de segurança respeitantes à utilização de biocidas e em particular ao seu uso no setor alimentar. Esta atividade deve ser integrada num “Plano de controlo integrado de pragas”.

5.8.2. Plano de Controlo Integrado de Pragas (PCIP)

O plano de controlo integrado de pragas reúne um conjunto de medidas preventivas e reativas baseadas em procedimentos racionais e metódicos, que visam minimizar o aparecimento de pragas e os seus perigos associados. São aplicados métodos essencialmente proactivos, físicos ou biológicos, em detrimento de métodos reativos, como a utilização de produtos químicos com atividade biocida.

A metodologia a seguir para a implementação do PCIP deverá ser:





Para uma correta implementação do plano de controlo integrado de pragas, e depois de se obter sucesso nas intervenções, deverão ser analisadas as causas que conduziram ao aparecimento da praga e revistas as medidas preventivas utilizadas, de forma a evitar reinfestações.



Capítulo 6 – *Rastreabilidade*

A Rastreabilidade tem os seguintes objetivos:

- Aumentar a confiança dos consumidores;
- Ser uma ferramenta de gestão da segurança dos alimentos.

A rastreabilidade é um sistema que se aplica a todos os passos da cadeia alimentar, em cada uma das etapas, desde a produção primária até à distribuição.

Os operadores estão obrigados a estabelecer uma ligação através dos devidos registos dos géneros alimentícios que produzem, distribuem ou comercializam num sistema de - ***“um passo à frente e um passo atrás”***. Estão excluídas deste sistema as entregas ao consumidor final.

Assim considera-se na cadeia de doação de alimentos, a entidade recetora deverá ter documentos que identifiquem a doação de bens alimentares. Apesar de não ser obrigatória assegurar a rastreabilidade interna, nem identificar o beneficiário final, é prudente e vantajoso que estas entidades o façam implementando procedimentos mínimos de rastreabilidade interna. Neste contexto, antes da distribuição e entrega ao utente poderá ser elaborado o registo de rastreabilidade interna dos bens doados, devendo ser possível efetuar a ligação entre a entidade doadora e o bem doado ao seu recetor.

Devem constar informações sobre:

- Identificação do produto
- Entidade Doadora
- Data da Doação
- Utente
- Data da entrega
- Prazo de validade
- Peso/unidades



Sempre que existam bens doados que não sejam rejeitados (por apresentarem sinais de não serem seguros) poderá ser efetuado um registo, com a seguinte informação na sua receção:

- Identificação do produto;
- Data da doação/data da rejeição;
- Motivo da rejeição;
- Peso ou n.º de unidades.



A título indicativo, para a cadeia de doação de alimentos, poderá ser suficiente a manutenção do registos de rastreabilidade durante 1 mês após os bens alimentares terem sido disponibilizados ao beneficiário.





Capítulo 7 - *Sistema de Segurança baseado nos princípios HACCP*

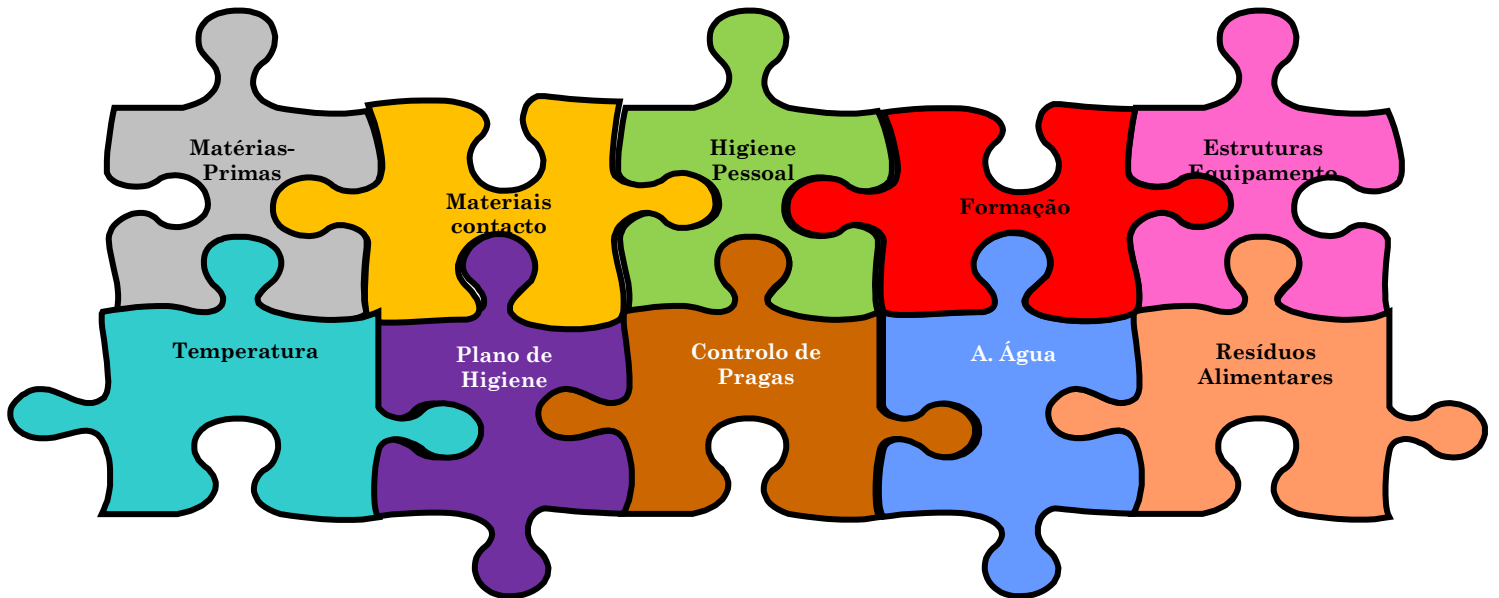
O Sistema de Segurança das Entidades envolvidas não deverá ser entendido como um obstáculo à doação de alimentos, mas sim como uma ferramenta que permite alcançar um dos objetivos da cadeia de doação, que é disponibilizar bens alimentares seguros.

Os pré-requisitos fornecem a base para a aplicação eficaz do HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points- Análise de Perigos e Controlo de Pontos Críticos) e devem ser criados antes de ser estabelecido um procedimento baseado no HACCP.

Em alguns casos, devido à natureza das operações e dos alimentos manuseados, existem perigos que podem ser possíveis de ser controlados através da aplicação dos pré-requisitos. Nestes casos não é necessária uma análise formal dos perigos.

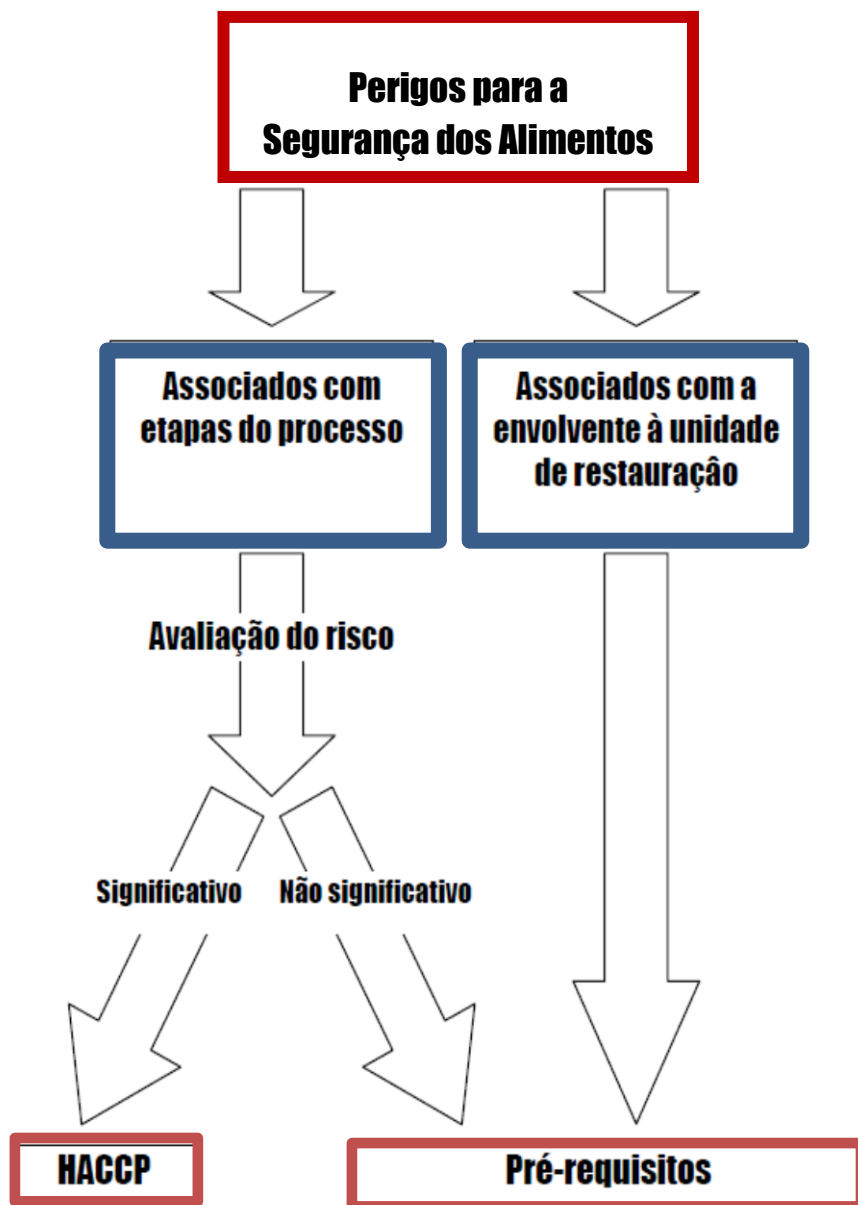
Exemplos de pré-requisitos de higiene e produção alimentar:

- Requisitos relativos a infraestruturas, instalações e equipamento;
- Requisitos aplicáveis às matérias-primas/bens alimentares doados;
- Manipulação segura dos alimentos (incluindo na recolha e acondicionamento, transporte, receção, armazenagem e conservação, preparação, regeneração e distribuição);
- Gestão de resíduos;
- Plano de controlo integrado de pragas;
- Plano de higienização
- Manutenção da cadeia de frio/calor;
- Saúde dos colaboradores;
- Higiene pessoal;
- Formação.



A metodologia HACCP tem uma base científica e sistemática, identificando perigos que possam ocorrer nos géneros alimentícios e definindo medidas para o seu controlo, nomeadamente naquelas operações (pontos críticos) passíveis de causar perigo se não forem executadas de forma adequada (pontos críticos de controlo).

Esta é uma ferramenta para avaliar perigos e estabelecer sistemas de controlo que se concentrem na prevenção.





Existe Flexibilidade no Sistema de segurança baseado nos princípios HACCP?

A implementação dos princípios HACCP é por vezes complexa, mas não tem que ser necessariamente assim. O importante é garantir, independentemente da metodologia aplicada, que os procedimentos de segurança estão adaptados a cada estabelecimento considerando o tipo de atividade desenvolvida.

Os requisitos de implementação dos princípios HACCP deverão ter a flexibilidade suficiente para serem aplicáveis em todas as situações, isto é aplicável sempre que, depois de terem sido identificados os perigos associados a cada etapa do processo e terem tentado identificar os pontos de controlo críticos, considerem não ser possível determinar os mesmos e que com aplicação de medidas preventivas (boas práticas de higiene e pré-requisitos) asseguram a segurança dos alimentos.

O controlo de perigos nos alimentos pode ser alcançado, por exemplo, através da correta aplicação de pré-requisitos e de boas práticas de higiene e produção, através da aplicação dos princípios HACCP (na sua forma simplificada), através da utilização de guias de boas práticas ou de uma combinação das várias hipóteses.

A Food Standards Agency (FSA), congénere Inglesa da ASAE, criou uma metodologia para aplicação dos princípios do HACCP para micro e pequenas empresas, baseada no princípio – “Alimentos mais seguros, melhor negócio” (“Safer food, better business”).



Nesta metodologia, a implementação dos princípios HACCP é feita pelas práticas que evitam/eliminam contaminações com perigos biológicos, químicos e físicos, considerando como áreas de controlo Contaminação cruzada, Higienização, Manutenção da cadeia de frio e Confeção (Cross-contamination, Cleaning, Chilling, Cooking - 4C's).



4 C's

Com uma linguagem operacional sem recurso a terminologia técnica, no entanto rigorosa, as Entidades Recetoras podem construir elas próprias os seus procedimentos de segurança dos alimentos, através de respostas a questões operacionais como:

- Etapas/Pontos a Controlar. Porquê? Como?
- Quando Fazer?
- O que fazer em caso de falhas?
- Como evitar que ocorra de novo?



Tendo por base as áreas de controlo (Contaminação Cruzada, Higienização, Manutenção da cadeia de frio e Confeção), suportando as evidências da sua aplicação eficaz, através da elaboração de registos adequados à natureza e dimensão da Instituição.

Considerando que as Instituições devem conhecer muito bem os produtos que recebem e disponibilizam, esta metodologia permite simplificar os procedimentos, exigindo, no entanto, um bom conhecimento das regras de higiene alimentar (importância da formação/instrução de toda a equipa de manipuladores) de forma a responsabilizar todos os intervenientes na cadeia de doação.



Porque doações seguras e conscientes são doações que criam ainda
mais felicidade!

Referências Bibliográficas

Documentos técnicos

- CML/DMRH/DDF, Higiene e Segurança Alimentar na Doação de Alimentos (2015) Manual de formação, Rede Alimentar.
- Fernandes, F. (2018) Doação de Alimentos – Manual para Entidades Recetoras, Dariacordar, Zero Desperdício.
- Commission Notice – EU guidelines on food donation
- Commission Notice – Providing guidance on hazard analysis approaches for food retail activities, including food donations

Legislação

UE

- Regulamento (CE) n.º 178/2002 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 28 de Janeiro

PT

- Decreto- Lei n.º199/2008 de 8 de Outubro

WEB

- <http://www.qualfood.com/seguranca-alimentar/infeccao-vs-intoxicacao-alimentar>
- <https://www.quali.pt/glossario/alimentos-perciveis>



Edição: Direção Geral de Alimentação e Veterinária (DGAV)

Autoria: Direção Geral de Alimentação e Veterinária (DGAV) com
colaboração da Estagiária de Mestrado Inês Andrade Lourenço

©2020 – DIREÇÃO GERAL DE ALIMENTAÇÃO E VETERINÁRIA (DGAV)