



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

CARTILHA SOBRE HIGIENIZAÇÃO E SANITIZAÇÃO DE ALIMENTOS DO PRODUTOR AO CONSUMIDOR

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), como a Covid-19 é uma doença de aquisição por vias respiratórias e a transmissão se dá por contato entre pessoas, a probabilidade de se contrair o vírus de alimentos ou de embalagens de alimentos é improvável.

No entanto, por mínima que seja, existe a chance de alguém se infectar ao tocar uma superfície, objeto ou pessoa infectada e tocar posteriormente na própria boca, nariz ou olhos. Isso pode acontecer, por exemplo, ao tocar embalagens de alimentos e posteriormente tocar em rosto, boca ou olhos.

Assim, o Conselho Regional de Química, por meio da Câmara Técnica de Alimentos e Bebidas (CTAB), reuniu especialistas de empresas e universidades para elaborar esta cartilha, com orientações para consumidores, indústria e trabalhadores da área de alimentos, como pode ser observado a seguir.

Como higienizar embalagens de alimentos?

Embalagens de alimentos que permitam limpeza úmida devem ser lavadas com água e sabão ou detergente neutro. Devem ser secas posteriormente para o rápido armazenamento de produtos refrigerados e congelados (com papel toalha, por exemplo) ou deixar secar na temperatura ambiente para produtos não perecíveis.

Procedimentos para embalagens que não podem ser lavadas

Usar um pano com álcool 70% ou solução de hipoclorito de sódio a 0,5% de cloro ativo (um copo de água sanitária a ser misturado em 4 copos de água, preparada no próprio dia) e passar na superfície das embalagens e aguardar um minuto. A água sanitária deverá estar dentro da validade.

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonga@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

Se as embalagens forem reutilizadas para algum propósito, devem ser lavadas com água e sabão e secadas antes do uso.

Como sanitizar alimentos que são consumidos frescos e podem ter sido manipulados nas gôndolas?

Alimentos frescos, mesmo os que não são consumidos com casca, devem ser higienizados antes do consumo, seguindo as seguintes etapas:

- Pré-lavagem em água corrente e sanitização, por 10 minutos de imersão, em solução de hipoclorito de sódio com 0,01% de cloro ativo (5 mL – ou uma colher de sopa – de água sanitária que seja indicada para uso em alimentos para cada litro de água);
- Enxágue em água corrente.

Que cuidados tomar ao manipular alimentos no preparo de comida?

O primeiro cuidado é com a limpeza do local, como bancada, louças e até o lixo da pia, que pode ser fonte de contaminação. Além disso, deve-se evitar a contaminação cruzada de um alimento para outro higienizando bem as mãos e utensílios.

Os procedimentos de higiene pessoal devem ser reforçados. Além de medidas rigorosas que promovam higiene frequente e eficaz das mãos, o manipulador deverá sempre utilizar touca e vestimenta limpa antes de manipular os alimentos. Na produção comercial de alimentos, é aconselhável que o manipulador também use máscara, quando recomendado.

A limpeza das mãos deve sempre acontecer após: tossir; espirrar; coçar ou assoar o nariz; coçar os olhos; tocar na boca; preparar alimentos crus (como carne, vegetais e frutas); manusear aparelho celular, dinheiro, lixo, chaves, maçanetas (entre outros objetos); ir ao sanitário; e após algum intervalo de tempo no preparo da comida.

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonda@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

Banhos antes do início da manipulação dos alimentos, assim como o uso de equipamentos de proteção individual (EPI), como máscaras e luvas, podem ser eficazes em reduzir a propagação do vírus durante o preparo da comida.

Máscaras e luvas devem ser trocadas após 2 horas consecutivas de uso. Mas deve-se trocar a máscara imediatamente, caso fique úmida. O procedimento correto é retirar a luva e descartar, lavar as mãos e posteriormente retirar a máscara e descartar, se for de único uso. Caso seja de tecido, acondicionar em local protegido para posterior lavagem.

Para lavar a máscara de tecido, faça a imersão da máscara em recipiente com água sanitária 0,05 % (uma parte de água sanitária comercial, de 2 a 2,5%, para 50 partes de água) por 60 minutos. Após este processo, faça 2 enxágues em água corrente. Lave em seguida com solução de 5 mL de detergente líquido em 1 L de água, para depois enxaguar duas vezes em água corrente, sem torcer a máscara de proteção respiratória.

A secagem ao ar livre pode ser realizada, desde que as máscaras de proteção estejam acondicionadas em embalagens de tecido, que também tenham sido submetidas ao mesmo processo de lavagem e desinfecção que as máscaras, garantindo que elas não apresentem contato direto com o ar. A secagem deve ser realizada de preferência sob incidência direta de luz solar e em ambiente protegido de chuvas, resíduos e trânsito de pessoas, animais e outros.

Que possíveis agentes de sanitização podem ser utilizados e como usá-los:

No âmbito da indústria de alimentos

Somente utilizar saneantes registrados na Anvisa. Por exemplo: produtos à base de cloro (hipoclorito de sódio, dicloroisocianurato, dióxido de cloro), ácido peracético, quaternário de amônio, ozônio, iodóforos e biguanidas (clorexidina e cloridrato de polihexametileno biguanida). De acordo com as orientações da Organização Mundial de Saúde (OMS), desinfetantes comuns com ingredientes ativos à base de quaternário de amônio e cloro podem ser utilizados, pois já há

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonga@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

comprovações científicas na inativação do vírus da Covid-19. Sempre seguir as orientações de uso recomendadas pelos fabricantes nos rótulos dos produtos.

No âmbito do consumo doméstico

Somente utilizar saneantes de venda livre e com registro na Anvisa. Por exemplo: cloro nas formas de solução a base de hipoclorito de sódio e em pó a base de dicloroisocianurato. A Organização Mundial de Saúde (OMS) recomenda o uso de saneantes à base de cloro para inativação do vírus da Covid-19.

CUIDADOS – TRABALHADOR NA INDÚSTRIA DE ALIMENTOS

Que cuidados um trabalhador na indústria de alimentos deve tomar para:

Evitar ser contaminado

- Lavar frequentemente as mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos;
- Usar EPIs como máscaras, luvas e toucas, seguindo orientações sobre uso e descarte, e ter uniforme limpo;
- Efetuar limpeza/desinfecção frequente das superfícies de trabalho e pontos de contato como maçanetas, teclados, dispensador de copos descartáveis, utensílios e outros;
- Manter o distanciamento social (de 1,5 a 2 m) e evitar contato próximo com outras pessoas;
- Usar frequentemente álcool 70% nas mãos após tocar em superfícies de equipamentos, utensílios e materiais administrativos coletivos utilizados na produção (pranchetas, papel e canetas);
- Evitar tocar o rosto, coçar os olhos ou nariz e colocar a mão na boca; e, caso seja necessário, realize a lavagem das mãos com água e sabão e, se possível, faça assepsia com solução de álcool a 70%;

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonda@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

- Evitar contato próximo com qualquer pessoa que demonstre sintomas de doenças respiratórias, como tosse e espirros;
- Ao tossir ou espirrar, cobrir boca e nariz com lenços descartáveis ou com o antebraço, lavando e desinfetando as mãos a seguir, para evitar a possível contaminação de colegas;
- Evitar circular com o uniforme fora do ambiente de trabalho.

Proteger seus colegas de possível contaminação

- Realizar frequentemente operações de higiene pessoal, como lavagem e assepsia das mãos;
- Respeitar a orientação de distanciamento social (de 1,5 a 2 m) entre colegas;
- Evitar cuspir no chão do ambiente de trabalho;
- Usar EPIs (máscara e luva) e, principalmente, reportar a doença na primeira oportunidade, para prevenir a transmissão para colegas de trabalho;
- Caso apresente sintomas típicos de COVID-19, ficar em casa. Se os sintomas se apresentarem repentinamente no local de trabalho, comunicar à chefia e se direcionar para uma área afastada de outras pessoas, em sala ou área arejada, onde possa ficar isolado dos demais.

São sintomas comuns da COVID-19:

- febre
- cansaço
- falta de ar
- dor de garganta
- dificuldades respiratórias
- perda de paladar ou olfato

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonda@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

- tosse: qualquer tipo, não só seca

Evitar que os consumidores sejam contaminados

- Seguir as orientações de reforço a higiene pessoal e usar EPIs;
- Higienizar as superfícies das instalações, equipamentos, utensílios e veículos de transporte/distribuição;
- Se houver alguma visita à indústria por algum motivo, os visitantes não podem ter acesso à produção, e a observação deve ser realizada através de janelas ou aberturas com vidros;
- O local de onde visualizar deve ter sabão líquido, toalhas de papel e álcool em gel;
- Deve haver um protocolo para limpeza e desinfecção deste local, incluindo pisos e paredes, como também móveis e utensílios existentes.

CUIDADOS – EMPRESÁRIO DA INDÚSTRIA DE ALIMENTOS E DISTRIBUIDORES

Que cuidados o empresário da indústria de alimentos e distribuidores devem tomar para:

Evitar serem contaminados

- Lavar frequentemente as mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos;
- Evitar tocar o rosto, coçar olhos ou nariz e colocar a mão na boca. Caso seja necessário, realize lavagem das mãos com água e sabão e, se possível, faça assepsia com solução de álcool a 70%;
- Portar sempre álcool a 70% para realizar de forma frequente a assepsia das mãos antes e após tocar objetos;
- Utilizar máscara e seguir as orientações de uso, substituindo-a depois de 2 horas de uso ou assim que ficar úmida, por nova máscara limpa e seca.

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonda@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

Ao entrar na indústria

- Lavar frequentemente as mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos;
- Usar EPIs como máscaras, luvas e toucas, seguindo orientações sobre uso e descarte, e ter vestimenta ou uniforme limpo;
- Usar álcool 70% nas mãos após tocar utensílios, superfícies de equipamentos e materiais administrativos coletivos usados na produção (pranchetas, papel, canetas);
- Evitar tocar o rosto, coçar os olhos ou nariz e colocar a mão na boca; e, caso seja necessário, realizar a lavagem das mãos com água e sabão e, se possível, fazer a assepsia com solução de álcool a 70%;
- Efetuar limpeza/desinfecção frequente das superfícies de trabalho e pontos de contato como maçanetas, teclados, dispensador de copos descartáveis, utensílios e outros;
- Evitar contato próximo com qualquer pessoa que demonstre sintomas de doenças respiratórias, como tosse e espirros;
- Ao tossir ou espirrar sem o uso da máscara, cobrir boca e nariz com as mãos, lavando-as e desinfetando-as imediatamente a seguir;
- Manter o distanciamento social (de 1,5 a 2 m);
- Não circular com a mesma vestimenta ou uniforme fora do ambiente de trabalho;
- Realizar, caso seja necessário, a instalação de pias para a adequada higienização de mãos, com disponibilidade de sabão líquido, álcool em gel, luvas e máscaras;
- Manter escritório ou sala da direção em condições adequadas de higiene;
- Manter sala ou local isolado arejado, com pia para higienização das mãos, para repouso e isolamento de funcionário que repentinamente apresente sintomas da Covid-19, até que haja atendimento médico.

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonda@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

Evitar que consumidores sejam contaminados

- Garantir que o Sistema de Gestão da Segurança dos Alimentos funcione conforme orientações dos órgãos de regulação/fiscalização, MAPA e ANVISA, onde programas de pré-requisitos (BPM – Boas Práticas de Manipulação, BPF – Boas Práticas de Fabricação e PAC – Programas de Autocontrole) devem ser trabalhados com rigor, para garantir a segurança dos alimentos e, principalmente, a segurança dos consumidores.

Proteger seus funcionários de possível contaminação

- Elaborar instruções escritas (por exemplo, folhetos, boletins e cartazes) e protocolos padronizados para capacitar/orientar todos os colaboradores sobre como evitar a propagação da Covid-19;
- Utilizar quadros ou placas informativas sobre os sintomas da Covid-19 (febre, cansaço, falta de ar, dor de garganta, dificuldades respiratórias, perda de paladar ou olfato, tosse de qualquer tipo e não apenas seca), para que funcionários possam reconhecer e procurem o atendimento médico, de forma a minimizar o risco de infecção de outros colaboradores;
- Reforçar as orientações das Boas Práticas de Fabricação (RDC 275/02 e RDC 216/04, do Ministério da Saúde) sobre as operações de higiene, para evitar e minimizar a disseminação do novo coronavírus que causa a doença Covid-19;
- Disponibilizar e instalar, caso seja necessário, um maior número de pias para adequada higienização das mãos, com disponibilidade de sabão líquido, álcool em gel a 70%, luvas e máscaras;
- Disponibilizar, quando possível, local isolado e arejado, para repouso e isolamento de funcionário que repentinamente apresente sintomas da Covid-19, até que haja a avaliação e acompanhamento adequado;

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonda@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

- Evitar, se possível, que funcionários usem transporte público em horários de pico. Caso o transporte seja próprio da empresa, orientar sobre o uso obrigatório da máscara facial ao embarcar no veículo;
- Realizar o manejo da área de alimentação, de modo a evitar que os colaboradores utilizem o espaço ao mesmo tempo.

Orientações para funcionários e colaboradores

- Evitar ficar próximo de pessoas com sintomas de doenças respiratórias (tosse e espirros);
- Lavar frequentemente as mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos;
- Usar EPIs como máscaras, toucas e luvas, seguindo orientações sobre uso e descarte, além de uniforme limpo;
- Limpar frequentemente as superfícies de trabalho e pontos de contato, como maçanetas, teclados, dispensador de copos descartáveis, utensílios e outros;
- Usar álcool 70% nas mãos após tocar em superfícies de equipamentos, utensílios e materiais administrativos coletivos utilizados na produção (pranchetas, papel e canetas);
- Evitar tocar rosto, coçar olhos ou nariz e colocar a mão na boca; e, caso seja necessário, lavar as mãos com água e sabão e se possível faça assepsia com solução de álcool a 70%;
- Manter distanciamento social (de 1,5 a 2 m);
- Garantir que as estações de trabalho tenham a distância adequada entre si;
- Não circular com a mesma vestimenta ou uniforme fora do ambiente de trabalho;
- Insumos, matérias primas, notas fiscais e documentos devem estar em embalagem plástica transparente e ser desinfetados antes da entrega na indústria, para serem abertos por funcionário treinado e protegido, seguindo normas estabelecidas.

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email:atendimento.voltaredonda@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

CUIDADOS – EMPRESÁRIO EM SERVIÇOS DE ENTREGA OU RETIRADA DE ALIMENTOS

Que cuidados um empresário em serviços de entrega ou retirada de alimentos deve tomar para:

Evitar ser contaminado

- Lavar frequentemente as mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos;
- Usar frequentemente álcool 70% nas mãos após tocar em superfícies de equipamentos, utensílios e materiais coletivos utilizados no serviço de entrega;
- Evitar tocar rosto, coçar olhos ou nariz e colocar mão na boca; e, caso seja necessário, lavar as mãos com água e sabão e, se possível fazer assepsia com solução de álcool 70%;
- Usar EPIs como máscaras e luvas, seguindo orientações sobre uso e descarte;
- Limpar frequentemente as superfícies de trabalho e pontos de contato com materiais utilizados no serviço de entrega;
- Manter distanciamento social (de 1,5 a 2 m) entre pessoas na entrega dos alimentos, evitando contato próximo com qualquer pessoa com sintomas de doenças respiratórias, como tosse e espirros.

Proteger seus funcionários de possível contaminação

- Elaborar instruções escritas (folhetos, boletins e cartazes) e protocolos padronizados para orientar todos os colaboradores sobre como evitar a propagação do novo coronavírus;
- Manter visível quadro informativo de sintomas da Covid-19 (febre, cansaço, falta de ar, dor de garganta, dificuldades respiratórias, perda de paladar ou olfato, tosse de qualquer tipo e não apenas seca), de forma que funcionários possam reconhecer

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonda@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

sintomas e procurem atendimento e testes médicos, para minimizar o risco de infectar outros colaboradores;

- Recomendar que o funcionário, se perceber sintomas da Covid-19, comunique à chefia imediatamente. E conceder o afastamento de 14 dias recomendado pelo Ministério da Saúde.

Orientações

- Lavar frequentemente as mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos;
- Fornecer e recomendar o uso frequente de álcool 70% nas mãos após tocar em superfícies de equipamentos, utensílios e materiais coletivos utilizados no serviço de entrega;
- Fornecer EPIs como máscaras e luvas para todos os colaboradores, em quantidade suficiente para trocas diárias e uso nas operações de serviço de entrega de alimentos;
- Limpar frequentemente superfícies de trabalho e pontos de contato com materiais utilizados no serviço de entrega;
- Evitar tocar o rosto, coçar olhos ou nariz e colocar a mão na boca e, caso seja necessário, lavar as mãos com água e sabão, além de fazer assepsia com solução de álcool 70%;
- Respeitar o distanciamento social (de 1,5 a 2 m) entre pessoas na entrega de alimentos, evitando contato próximo com qualquer pessoa com sintomas de doenças respiratórias, como tosse e espirros;
- Prover condições adequadas para entregadores, com folder informativo sobre cuidados higiênicos com veículos, suportes e embalagens de entrega, assim como cuidados higiênicos no ato de entregar;
- Entregadores devem receber desinfetante para as mãos à base de álcool, e toalhas de papel e desinfetante para superfícies;

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonda@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

- Insumos, matérias primas, notas fiscais e documentos devem estar em embalagem plástica transparente e ser desinfetados antes da entrega na empresa, para serem abertos por funcionário treinado e protegido, seguindo normas estabelecidas.

Evitar que consumidores sejam contaminados

- Garantir que o Sistema de Gestão da Segurança dos Alimentos esteja funcionando conforme orientações da ANVISA, onde programas de pré-requisitos (BPM – Boas Práticas de Manipulação) devem ser trabalhados com rigor, para garantir a segurança dos alimentos e, principalmente, a segurança dos consumidores.

Orientações

- Orientar entregadores sobre a necessidade de: distanciamento físico ao recolher e repassar entregas a clientes, manter alto grau de limpeza pessoal e usar roupas de proteção limpas;
- Entregadores devem manter as superfícies de contato no transporte limpas e desinfetadas;
- Alimentos devem ser embalados, separados e protegidos contra contaminação;
- Regular o número de clientes que entram na loja para evitar aglomeração;
- Colocar avisos nos pontos de entrada para solicitar distanciamento social e higiene frequente de mãos;
- Colocar avisos nos pontos de entrada para solicitar que clientes não entrem na loja se apresentarem sintomas da Covid-19;
- Controlar filas mantendo o distanciamento físico, tanto dentro como fora de lojas, com marcações no piso dentro da loja;
- Fornecer desinfetantes para mãos, desinfetantes em spray e toalhas de papel descartáveis em pontos de entrada;
- Exigir o uso de máscaras para o acesso à loja;

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonda@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

- Priorizar o pagamento por aplicativo ou site;
- No caso de pagamento fora de aplicativo ou site, orientar para uso de pagamento eletrônico, com cartões de débito e crédito, para diminuir o contato;
- Embalar a máquina de cartão com plástico, para higienização após utilização.

CUIDADOS – TRABALHADOR NOS SERVIÇOS DE ENTREGA OU RETIRADA DE ALIMENTOS

Que cuidados um trabalhador nos serviços de entrega ou retirada de alimentos deve tomar para:

Evitar ser contaminado

- Lavar frequentemente as mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos;
- Usar frequentemente álcool 70% nas mãos após tocar em superfícies de equipamentos, utensílios e materiais coletivos utilizados no serviço de entrega;
- Evitar tocar rosto, coçar olhos ou nariz e colocar mão na boca. Se necessário, realizar a lavagem das mãos com água e sabão e, se possível, fazer assepsia com álcool 70%;
- Usar EPI como máscaras e luvas, seguindo orientação sobre uso e descarte;
- Limpar/desinfetar de forma frequente as superfícies de trabalho e pontos de contato com os materiais utilizados no serviço de entrega;
- Respeitar o distanciamento social (de 1,5 a 2 m) entre pessoas na entrega de alimentos, evitando contato próximo com qualquer pessoa que demonstre sintomas de doenças respiratórias, como tosse e espirros;
- Estar informado dos sintomas do COVID 19 (febre, cansaço, falta de ar, dor de garganta, dificuldades respiratórias, perda de paladar ou olfato, tosse de qualquer tipo e não apenas seca), para que possa reconhecer sintomas precocemente,

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonga@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

informar seu empregador, procurar atendimento e testes médicos e minimizar o risco de infectar outras pessoas.

Proteger seus clientes de possível contaminação

- Lavar frequentemente as mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos;
- Usar EPIs como máscaras e luvas, seguindo orientações sobre uso e descarte;
- Usar frequentemente o álcool 70% nas mãos após tocar em superfícies de equipamentos, utensílios e materiais coletivos utilizados no serviço de entrega;
- Evitar tocar o rosto, coçar os olhos ou nariz e colocar a mão na boca e, caso seja necessário, lavar as mãos com água e sabão e se possível fazer assepsia com solução de álcool a 70%;
- Limpar de forma frequente as superfícies de trabalho e pontos de contato como os materiais utilizados no serviço de entrega;
- Manter distanciamento social (de 1,5 a 2 m) nas instalações de varejo de alimentos;
- Higienizar carrinhos e cestas de compras;
- Manter portas e janelas abertas durante o funcionamento, para minimizar contato e renovar o ar.

MEMBROS DA CÂMARA TÉCNICA DE ALIMENTOS E BEBIDAS - CTAB

- . Ademário Iris da Silva Junior
- . Angela Aparecida Lemos Furtado
- . Gustavo Luis de Paiva Anciens Ramos
- . Gustavo Henrique Palhares de Miranda
- . José Luis Ramirez Ascheri

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonda@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

COLABORADORES NA PRODUÇÃO DA CARTILHA

- . André de Souza Dutra (Embrapa)
- . José Gonçalves Antunes (Firjan)
- . Letícia Zocarato de Carvalho Rodrigues (Ozion)
- . Rinaldini Philippo Tancredi (UniRio)
- . Luciana Maria Ramires Esper (UFF)
- . José Francisco Pereira Martins (UFRRJ)

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABNT PR 1002. Máscaras de proteção respiratória de uso não profissional: Guia de requisitos básicos para métodos de ensaio, fabricação e uso. Disponível em: https://senaicetiqt.com/wp-content/uploads/2020/04/ABNT_PraticaRecomendada_M%C3%A1scaras_2020_Ed1_vf_compressed-1.pdf. Acessado em 29 de maio de 2020.

BRASIL, MINISTERIO DA SAUDE. Sobre a doença, como se proteger. Disponível em <https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca#como-se-proteger>. Acessado em 20/05/2020.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Covid 19: só use saneantes regularizados Disponível em http://portal.anvisa.gov.br/noticias/-/asset_publisher/FXrpx9qY7FbU/content/saneantes-populacao-deve-usar-produtos-regularizados/219201. Acessado em 20/05/2020.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. NOTA TÉCNICA Nº 18/2020/SEI/GIALI/GGFIS/DIRE4/ANVISA Covid-19 e as Boas Práticas de Fabricação e Manipulação de Alimentos. <http://portal.anvisa.gov.br/documents/219201/4340788/NT+18.2020++Boas+Pr%C3%A1ticas+e+Covid+19/78300ec1-ab80-47fc-ae0a-4d929306e38b>. Acessado em 20/05/2020.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Portaria 326 SVS/MS de 30 de junho de 1997 e RDC nº 275 de 21 de Outubro de 2002. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/documents/33916/388704/Portaria%2BSVS-MS%2BN.%2B326%2Bde%2B30%2Bde%2BJulho%2Bde%2B1997.pdf/87a1ab03-0650-4e67-9f31-59d8be3de167>. Acessado em 30/05/2020.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Sobre a doença. Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca#se-eu-ficar-doente>. Acessado em 20/05/2020.

BRASIL. Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. Manual - Orientações gerais para frigoríficos em razão da pandemia da Covid-19. Disponível em <https://www.gov.br/agricultura/pt-br/mapacontracoronavirus/documentos/manual-orientacoes-gerais-para-frigorificos-em-razao-da-pandemia-da-covid-19/view>. Acessado em 30/05/2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. RDC 216 de 15 de setembro de 2004 – ANVISA. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/documents/33916/388704/RESOLU%25C3%2587%25C3%2583O-R>

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonda@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

DC%2BN%2B216%2BDE%2B15%2BDE%2BSETEMBRO%2BDE%2B2004.pdf/23701496-925d-4d4d-99aa-9d479b316c4b. Acessado em 30/05/2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução RDC nº 275, de 21 de outubro de 2002. Dispõe sobre o regulamento técnico de procedimentos operacionais padronizados aplicados aos estabelecimentos produtores/industrializadores de alimentos e a lista de verificação das boas práticas de fabricação em estabelecimentos produtores/industrializadores de alimentos. Diário Oficial da União, Brasília, 2002. Disponível em: <https://bibliodigital.unijui.edu.br:8443/xmlui/bitstream/handle/123456789/5938/Resolu%c3%a7%c3%a3o%20RDC%20n%c2%ba%20275%2c%20de%2021%20de%20outubro%20de%202002.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acessado em 30/05/2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Guia alimentar para a população brasileira : promovendo a alimentação saudável / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, . – Brasília : Ministério da Saúde, 2008. 210 p. – (Série A. Normas e Manuais Técnicos). Disponível em https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira.pdf. Acessado em 22/05/2020.

CREMESP. Orientações sobre Coronavírus. Disponível em: <https://www.cremesp.org.br/?siteAcao=NoticiasC&id=5581>. Acessado em : 24/05/2020.

EUROPEAN FOOD SAFETY AUTHORITY. Coronavirus: no evidence that food is a source or transmission route. Disponível em: <https://www.efsa.europa.eu/en/news/coronavirus-no-evidence-food-source-or-transmission-route>. Acessado em 20/05/2020.

U.S. FOOD & DRUG ADMINISTRATION (FDA). Best Practices for Retail Food Stores, Restaurants, and Food Pick-Up/Delivery Services During the COVID-19 Pandemic. Disponível em: <https://www.fda.gov/food/food-safety-during-emergencies/best-practices-retail-food-stores-restaurants-and-food-pick-up-delivery-services-during-covid-19#pickupdelivery>. Acessado em 29 de maio de 2020.

U.S. FOOD & DRUG ADMINISTRATION (FDA). Raw Produce: Selecting and Serving it Safely. Disponível em: <https://www.fda.gov/media/77178/download>. Acessado em 30 de maio de 2020.

United States Environmental Protection Agency. List N: Disinfectants for Use Against SARS-CoV-2. Disponível em: <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>. Acessado em 20/05/2020.

WHO. Advice on the use of masks in the context of COVID-19 : Interim guidance. 6 April 2020. Geneva : World Health Organization, 2020. Disponível em: <[https://www.who.int/publications-detail/advice-on-the-use-of-masks-in-the-community-during-home-care-and-in-healthcare-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)-outbreak](https://www.who.int/publications-detail/advice-on-the-use-of-masks-in-the-community-during-home-care-and-in-healthcare-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-(2019-ncov)-outbreak)>. Acesso em: 24 maio 2020. WHO reference number: WHO/2019-nCov/IPC_Masks/2020.3. Acessado em 20 de maio de 2020.

WHO. Rational use of personal protective equipment for coronavirus disease (COVID-19) and considerations during severe shortages : Interim guidance. 6 April 2020. Geneva : World Health Organization, 2020. Disponível em: <[https://www.who.int/publications-detail/rational-use-of-personal-protective-equipment-for-coronavirus-disease-\(covid-19\)-and-considerations-during-severe-shortages](https://www.who.int/publications-detail/rational-use-of-personal-protective-equipment-for-coronavirus-disease-(covid-19)-and-considerations-during-severe-shortages)>. Acesso em: 24 maio

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonda@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL

Conselho Regional de Química - Terceira Região
Estado do Rio de Janeiro

2020. WHO reference number: WHO/2019-nCov/IPC_PPE_use/2020.3. Acessado em 20 de maio de 2020.

WHO. Water, sanitation, hygiene and waste management for the COVID-19 virus : Technical brief. 3 March 2020. Geneva : World Health Organization, 2020. Disponível em: <[who.int/publications-detail/water-sanitation-hygiene-and-waste-management-for-the-covid-19-virus-interim-guidance](https://www.who.int/publications-detail/water-sanitation-hygiene-and-waste-management-for-the-covid-19-virus-interim-guidance)>. Acesso em: 24 maio 2020. WHO reference number: WHO/2019-nCoV/IPC_WASH/2020.3. Acessado em 20 de maio de 2020.

WHO/FAO. COVID-19 and food safety: guidance for food businesses : interim guidance, 07 April 2020. Geneva : World Health Organization, 2020. Disponível em: <<https://apps.who.int/iris/handle/10665/331705>>. Acesso em: 24 maio 2020. WHO reference number: WHO/2019-nCoV/Food_Safety/2020.1. Acessado em 20 de maio de 2020.

Sede - Rio de Janeiro

Rua Alcindo Guanabara, 24 - 13º andar
Centro - Rio de Janeiro, RJ
CEP - 20031-130 Telefone: (21) 2524-2236
Email: atendimento.sede@crq3.org.br

Escritório - Volta Redonda

Rua Lúcio Bittencourt, nº109, salas 213 e 214
Vila Santa Cecília - Volta Redonda, RJ
CEP 27260-110 Telefone: (24) 3340-4252
Email: atendimento.voltaredonda@crq3.org.br

Escritório - Macaé

Rua Dr. Luiz Belegard, nº68, sala 203
Centro - Macaé, RJ
CEP 27900-000 Telefone: (22) 2762-0642
Email: atendimento.macaee@crq3.org.br

Escritório - Campos

Pça. Santíssimo Salvador, nº41, sala 405
Centro - Campos dos Goytacazes, RJ
CEP 28010-000 Telefone: (22) 2733-4551
Email: atendimento.campos@crq3.org.br