

GUIA DE BOAS PRÁTICAS

PARA REABERTURA DE COZINHAS COMUNITÁRIAS PÓS-ENCHENTES E INUNDAÇÕES

Ângela Cristina dos Santos Oliveira | Deise de Oliveira Barbiani |
Mariana Silva Soares | Camila de Moraes da Silva | Lauren Braile Panitz
| Jessica Fernanda Hoffmann | Liziane Dantas Lacerda |

ESCOLA
de Saúde

ALIMENTOS,
NUTRIÇÃO
E SAÚDE
Mestrado



UNISINOS

**Ângela Cristina dos Santos Oliveira, Deise de Oliveira Barbiani,
Mariana Silva Soares, Camila de Moraes da Silva, Lauren Braile Panitz,
Jessica Fernanda Hoffmann, Liziane Dantas Lacerda**

**GUIA DE BOAS PRÁTICAS PARA REABERTURA DE
COZINHAS COMUNITÁRIAS PÓS-ENCHENTES E
INUNDAÇÕES**

São Leopoldo, 2024

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Guia de boas práticas para reabertura de cozinhas
comunitárias pós-enchentes e inundações /
Ângela Cristina dos Santos Oliveira...[et al.].
-- São Leopoldo, RS : Ed. dos Autores, 2024.

Outros autores: Deise de Oliveira Barbiani,
Mariana Silva Soares, Camila de Moraes da Silva,
Lauren Braile Panitz, Jessica Fernanda Hoffmann,
Liziane Dantas Lacerda.

Bibliografia.

ISBN 978-65-01-27630-4

1. Alimentos - Manuseio 2. Alimentos - Medidas de
segurança 3. Enchentes urbanas 4. Higiene
5. Inundações 6. Segurança alimentar I. Oliveira,
Ângela Cristina dos Santos. II. Barbiani, Deise de
Oliveira. III. Soares, Mariana Silva. IV. Silva,
Camila de Moraes da. V. Panitz, Lauren Braile.
VI. Hoffmann, Jessica Fernanda. VII. Lacerda,
Liziane Dantas.

24-245172

CDD-613.207155

Índices para catálogo sistemático:

1. Alimentos : Manipulação e higiene : Promoção da
saúde 613.207155

Eliane de Freitas Leite - Bibliotecária - CRB 8/8415

ASSUNTOS ABORDADOS

	Introdução	1
	Avaliação inicial	2
	Segurança e proteção	3
	Higienização	4
	Recuperação de equipamentos	9
	Controle de pragas	10
	Gestão de alimentos	11
	Cuidados gerais	13
	Referências	14

INTRODUÇÃO

As enchentes e inundações recentes no Rio Grande do Sul causaram danos extensivos a residências e instalações públicas, incluindo cozinhas comunitárias. Esses eventos catastróficos impactam diretamente a segurança alimentar e a saúde da comunidade, tornando essencial a adoção de medidas rigorosas de higienização.

Para garantir que as cozinhas comunitárias possam ser reutilizadas com segurança, é crucial realizar uma higienização completa de todos os móveis, utensílios e sistemas de ventilação. A exposição a águas de enchentes pode introduzir uma variedade de contaminantes perigosos, incluindo bactérias, vírus e substâncias químicas nocivas, que precisam ser completamente eliminados para prevenir surtos de doenças e outros problemas de saúde.

Este guia visa fornecer instruções claras e práticas sobre como realizar esses procedimentos de forma eficiente e segura em cozinhas comunitárias. Através de uma abordagem sistemática, esperamos capacitar as equipes responsáveis pela limpeza a restaurar essas cozinhas ao seu pleno funcionamento, garantindo a saúde e segurança de todos os usuários.

AVALIAÇÃO INICIAL

Verifique se a área está segura antes de entrar!



01

INSTALAÇÕES ELÉTRICAS

- Desligue a eletricidade antes de entrar;
- Verifique se há fios soltos, tomadas e interruptores molhados;
- Se houver, não os toque até que estejam completamente secos e revisados por um eletricitista.

ESTRUTURA FÍSICA E SANEAMENTO

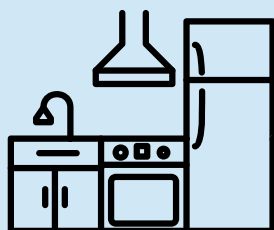
- Verifique se as pias, ralos e esgotos estão funcionando corretamente, pois a água da enchente pode entupir e contaminar esses sistemas;
- Procure por rachaduras, inchaços, mofo ou partes que possam estar enfraquecidas em pisos e paredes;
- Verifique se há infiltrações, manchas de água ou partes soltas no teto.

02



UTENSÍLIOS E EQUIPAMENTOS

- Não ligue os eletrodomésticos que ficaram submersos até que sejam inspecionados;
- Separe os utensílios por categoria e descarte os danificados;
- Utensílios de plástico, vidro, inox, alumínio e ferro podem ser higienizados e reutilizados; descarte os utensílios de madeira;
- Verifique danos, inchaços ou mofo em armários e bancadas, se estiverem em condições, higienize todas as superfícies;
- Avalie panos e toalhas, descartando os que estiverem danificados.

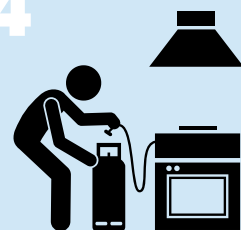


03

GÁS

- Certifique-se de que o fornecimento de gás está desligado e verifique danos como rachaduras, dobras ou corrosão;
- Inspeção o medidor de gás, tubulação e conexões;
- Não ligue fogões ou fornos a gás que estiverem submersos até que sejam inspecionados;
- Verifique se há detritos ou danos nos queimadores e válvulas dos aparelhos a gás;
- Só reative o fornecimento de gás após uma inspeção completa e reparos.

04



SEGURANÇA E PROTEÇÃO

O uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) é essencial para proteger contra diversos riscos à saúde, especialmente em situações onde há exposição a águas e materiais contaminados. Aqui estão algumas recomendações importantes:



• TIPOS DE EPIS RECOMENDADOS:

- Use luvas para proteger as mãos contra contaminação direta.
- Use botas de borracha para evitar o contato direto dos pés com águas contaminadas.
- Utilize roupas impermeáveis para proteger o corpo de exposição prolongada à água contaminada.
- Faça o uso de máscaras, especialmente úteis para proteger contra inalação de partículas ou vapores que possam conter patógenos.
- Utilize óculos para proteção dos olhos de respingos.



• IMPROVISO EM CASO DE NECESSIDADE:

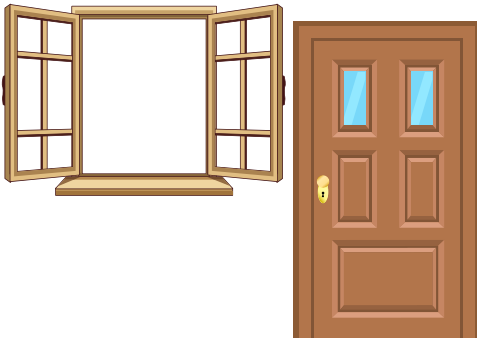
- Se os EPIs recomendados não estiverem disponíveis, improvise com materiais como sacos plásticos para proteger áreas do corpo contra contato direto com lama e superfícies contaminadas. No entanto, esta é uma solução temporária e limitada.



• ONDE ENCONTRAR EPIS:

- Podem ser encontrados em pontos de doações, casas especializadas, lojas de materiais de construção e agropecuárias. É importante a verificação de logística de entrega na sua área, especialmente se estiverem em falta localmente.

HIGIENIZAÇÃO DA ESTRUTURA FÍSICA



- Comece a higienização pela estrutura física (teto, paredes, portas e janelas).

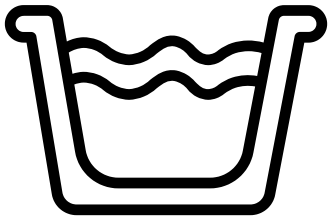


- Utilize vassouras ou esfregões com detergente para esfregar toda a superfície a ser limpa. Após isso, enxágue com água potável. Se for possível, utilize um lava-jato nesta etapa.



- Aplique a solução de água sanitária em toda a superfície para desinfecção. Deixe agir por aproximadamente 10 minutos e depois enxágue com água potável.

HIGIENIZAÇÃO DA CAIXA D'ÁGUA



1. Inspecione a caixa d'água, verifique se há danos, rachaduras ou sinais de contaminação. Se estiver em condições, realize o procedimento abaixo:

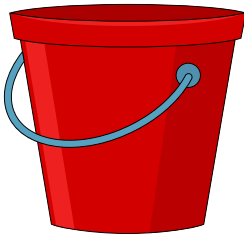
2. Use luvas de borracha e máscara facial;

3. Feche o registro de entrada de água e abra torneiras e descargas para esvaziar a caixa;



4. Quando a caixa estiver quase vazia, feche a saída e use a água restante para esfregar as paredes e o fundo com uma escova macia ou esponja, use sabão ou detergente;

5. Retire a água suja com baldes e panos;



6. Encha a caixa d'água com água limpa e adicione 1 litro de água sanitária para cada 1000 litros de água. Deixe agir por 2 horas;



7. Abra todas as torneiras para esvaziar a caixa d'água e limpar a canalização. Reutilize essa água para limpar pisos e paredes;

8. Tampe a caixa d'água para evitar a entrada de insetos ou animais;

9. Registre a data da limpeza;



10. Abra o registro de entrada para voltar a encher a caixa d'água.

HIGIENIZAÇÃO DE UTENSÍLIOS

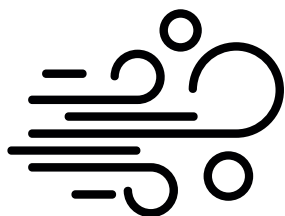
Etapas	Plástico	Vidro	Inox e Alumínio	Ferro
Limpeza inicial	Lave com água e sabão neutro para remover a sujeira. Enxágue bem em água corrente	Lave com água e sabão neutro para remover a sujeira. Enxágue bem em água corrente	Lave com água e sabão neutro para remover a sujeira. Enxágue bem em água corrente	Remova a ferrugem superficial com uma escova de aço ou lixa fina. Lave com água e sabão neutro para remover a sujeira. Enxágue bem em água corrente
Desinfecção	Utilize uma solução de água sanitária (1 colher de sopa por litro de água) para desinfetar os utensílios de plástico. Deixe de molho por 10 minutos	Utilize uma solução de vinagre branco (1 parte de vinagre para 3 partes de água) para desinfetar. Deixe agir por 10 minutos	Utilize uma solução de álcool 70% para desinfetar as superfícies	Utilize uma solução de 1 colher de sopa de bicarbonato de sódio para 1 litro de água. Deixe o utensílios de molho por 10 minutos
Enxágue e Secagem	Enxágue com água corrente e potável. Deixe secar naturalmente. Se for possível, borrife álcool 70% para auxiliar na secagem	Enxágue com água corrente e potável. Deixe secar naturalmente. Se for possível, borrife álcool 70% para auxiliar na secagem	Enxágue com água corrente e potável. Deixe secar naturalmente. Se for possível, borrife álcool 70% para auxiliar na secagem	Enxágue com água corrente e potável e seque completamente para evitar ferrugem

Observação: utensílios de madeira devem ser descartados.

LIMPEZA E MANUTENÇÃO DO SISTEMA DE EXAUSTÃO

DESLIGAR O SISTEMA 1

- Antes de iniciar a limpeza, desligue o sistema de ventilação para garantir segurança;



2 REMOVER OS FILTROS

- Retire os filtros e lave-os com água morna e sabão neutro. Substituir se necessário;

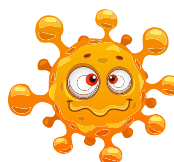
LIMPAR OS DUTOS 3

- Utilize uma escova longa e flexível para remover sujeira e detritos dos dutos;



4 DESINFETAR

- Aplique um desinfetante apropriado nas partes internas do sistema para eliminar microrganismos.



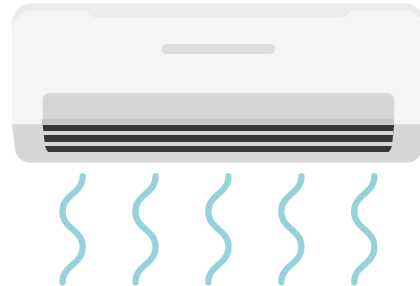
LIMPEZA E MANUTENÇÃO DE SISTEMAS DE VENTILAÇÃO

DESLIGAR O EQUIPAMENTO

- Desligue o ar condicionado antes de iniciar a manutenção;



1



LIMPAR OS FILTROS

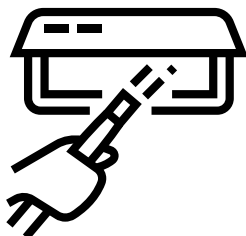
- Remova e lave os filtros com água morna e sabão. Seque completamente antes de reinstalar;



2

INSPECIONAR OS COMPONENTES

- Verifique e limpe as bobinas, serpentinas e outras partes internas;



3

DESINFETAR

- Aplique um desinfetante apropriado nas partes internas do sistema para eliminar microrganismos;



4

VERIFICAR O FUNCIONAMENTO

- Ligue o ar condicionado e verifique se está funcionando corretamente. Se não funcionar, chame a assistência técnica. após a manutenção.

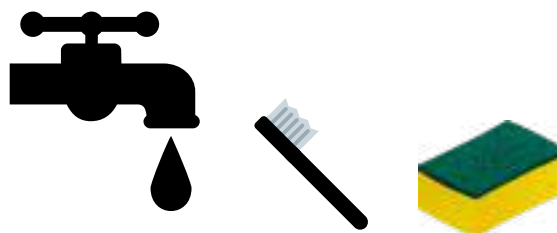
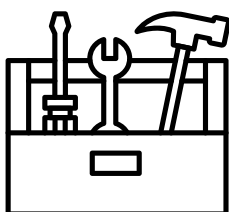
5

RECUPERAÇÃO DE EQUIPAMENTOS

ATENÇÃO: NÃO LIGUE NA TOMADA ANTES DE LIMPAR!

ABRIR 1

- Abra o equipamento com ferramentas: chave de fenda, chave Philips e alicate.
- Tire fotos para ajudar na remontagem.



2 LIMPAR

- Lave com água corrente.
- Use escovas de dente para áreas pequenas, e esponjas para áreas maiores.
- O lava-jato pode ser utilizado para equipamentos mais robustos
- Se tiver, pode usar limpa contato ou álcool isopropílico, e finalizar com óleo spray (WD-40).

3 SECAR

- Seque completamente (sol, secador de cabelo ou soprador).
- Certifique-se de que não haja água.



4 REMONTAR E TESTAR

- Feche o aparelho e tente ligar.
- Se não funcionar, procure assistência técnica.



5 DESINFETAR

- Use solução de água clorada ou álcool 70% na superfície dos equipamentos antes de utilizar.



CONTROLE DE PRAGAS

Pragas podem contaminar alimentos e água, transmitir doenças e causar danos estruturais, agravando os problemas causados pelas enchentes.



Locais com enchentes, entulhos e destroços atraem animais peçonhentos (como escorpiões, aranhas e cobras), costumam se abrigar em locais secos, como o interior das residências.



A leptospirose é causada por uma bactéria presente na urina de roedores, normalmente se espalha pela água suja de enchentes, de lamas e de esgotos.



A urina de outros animais contaminados pela bactéria (bois, porcos, cavalos, cabras, ovelhas e cães) também podem transmitir a leptospirose.



A água parada se torna um ambiente propício para a reprodução de mosquitos, incluindo o *Aedes aegypti*, vetor de doenças como dengue, zika e chikungunya.



Baratas acabam saindo de bueiros, tubulações e tomando as ruas e paredes das edificações.



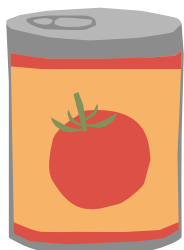
Sarna, piolho e outras doenças causadas por parasitas se espalham em locais com acesso à higiene limitado, contato entre pessoas, compartilhamentos de roupas e itens de higiene, e água e alimentos contaminados.

DICAS

- Use sempre botas impermeáveis e luvas ao transitar em áreas inundadas;
- Cubra cortes ou arranhões com bandagens à prova d'água para evitar a entrada da bactéria;
- Sacuda roupas, sapatos, toalhas e lençóis antes de usá-los;
- Não coloque as mãos em buracos ou frestas;
- Utilize ferramentas como enxadas, cabos de vassoura e pedaços de madeira compridos para mexer em móveis ou objetos;
- Não ande descalço para evitar contato direto com o solo;
- Durante a limpeza, tome cuidado ao tocar ou pegar qualquer objeto;
- Inspecione os cantos.

GESTÃO DE ALIMENTOS

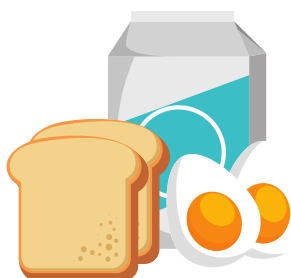
Avaliação Visual e Olfativa: Alimentos que apresentam alterações de cor, cheiro, textura ou que estiveram em contato direto com a água da enchente devem ser descartados.



Alimentos Enlatados: Latas que parecem intactas, sem estufamento, esmagamento, vazamento, ferrugem, buracos e outros sinais de alterações podem ser lavadas com água e sabão, e desinfetadas com uma solução de água sanitária por 15 a 30 minutos (1 colher de sopa de água sanitária por litro de água).

Remova os rótulos das latas, se forem do tipo removível, pois eles podem abrigar sujeiras e bactérias. Após a higienização, elabore outro rótulo com no mínimo as seguintes informações: nome do produto, nome do fabricante, lote e prazo de validade.

Alimentos em Embalagens Não Herméticas: Produtos como cereais, farinhas, arroz, e açúcar em embalagens não herméticas devem ser descartados.



Alimentos Frescos: Frutas, vegetais, carnes, laticínios e ovos devem ser descartados.

CASO DE FALTA DE ENERGIA ELÉTRICA

Os alimentos que ficaram em condições inadequadas de tempo e temperatura de refrigeração (acima de 5°C) ou que tenham sofrido descongelamento devem ser descartados e não poderão ser utilizados em nenhum preparo de qualquer produto para alimentação humana.

GESTÃO DE ALIMENTOS

ARMAZENAMENTO E PREPARAÇÃO ADEQUADOS

Mantenha um monitoramento constante das temperaturas dos refrigeradores e freezers. Utilize geradores portáteis em casos de falta de energia prolongada para manter os alimentos em temperaturas seguras.



Contaminação Cruzada: Use recipientes fechados e devidamente etiquetados para armazenar alimentos crus e cozidos separadamente. Evite o contato direto entre os alimentos e superfícies potencialmente contaminadas.

Cozinhe carnes a pelo menos 75°C, aves a 82°C, e peixes a 63°C. Utilize termômetros de alimentos para garantir que essas temperaturas sejam atingidas.



DESCARTE DE ALIMENTOS CONTAMINADOS

- Coloque os alimentos contaminados em sacos de lixo grossos e resistentes para embalar os alimentos contaminados. Se possível, use sacos duplos para minimizar o risco de rompimento;
- Amarre bem os sacos de lixo para evitar que se abram ou vazem;
- Use abraçadeiras de plástico ou nós duplos;
- Mantenha os sacos fora do alcance de crianças e animais e siga as orientações locais para descarte seguro;
- Use luvas, máscaras e botas para evitar contato direto com os alimentos contaminados.

CUIDADOS GERAIS



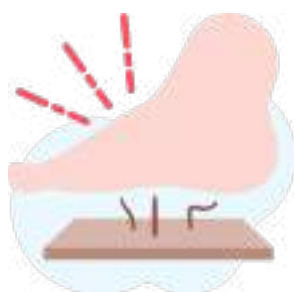
Mantenha a Carteira de Vacinação atualizada



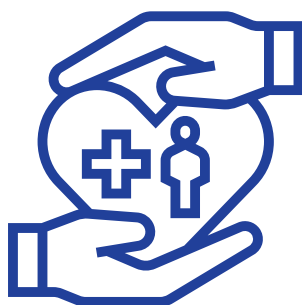
Esteja sempre com roupas compridas, que cubram e principalmente protejam o corpo. Ao chegar em casa lave-as imediatamente.



A umidade resultante das enchentes favorece o crescimento de fungos. Além de danificar estruturas e alimentos, o mofo pode causar problemas respiratórios, especialmente em pessoas com alergias ou asma.



O tétano é uma doença grave causada por uma bactéria que pode estar presente em objetos de metal (mesmo não enferrujados), de madeira, de vidro ou até no solo (galhos, espinhos, pedaços de móveis etc.)



Manter-se seguro e saudável é crucial não apenas para sua própria proteção, mas também para que possa contribuir de forma eficaz na recuperação e reconstrução da região afetada.

REFERÊNCIAS

ABRASEL. O pós-enchente Cartilha de Orientação para Serviços de Alimentação Fora do Lar em Tempos de Enchentes ou Alagamentos Disponível em:

https://redeabrasel.abrasel.com.br/upload/files/2024/06/11bykFRr4xDVbrzyzkYp_26_9f0927f3623a25d7472ab76ca257dd92_file.pdf. Acesso em 05 jul 2024.

BRASÍLIA. Ministério da Saúde. Cuidados com os alimentos para consumo humano em situação de enchentes. Disponível em:

https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/folder/cuidados_alimentos_consumo_humano_situacao_enchentes.pdf. Acesso em 05 jul 2024.

RIO GRANDE DO SUL. Secretaria da Saúde. Centro Estadual de Vigilância em Saúde. Guia Básico para riscos e cuidados após enchentes. Disponível em:

<https://admin.saude.rs.gov.br/upload/arquivos/202310/23135541guia-basico-final.pdf> Acesso em 05 jul 2024.

RIO GRANDE DO SUL. Secretaria da Saúde. Guia de cuidados de saúde nas enchentes Precauções e medidas durante e após alagamentos. Disponível em:

<https://sosenchentes.rs.gov.br/upload/arquivos/202405/16171743-guia-de-cuidados-de-saude-nas-enchentes-gov-rs-maio-de-2024.pdf> Acesso em 05 jul 2024.

UNIVATES. Instruções para salvar eletrônicos diversos. Disponível em:

https://drive.google.com/file/d/1kEv8R8Nn3Sxq-Y4_js9WLeI8-XEXFhji/view. Acesso em 05 jul 2024.

UNISINOS. Guia de cuidados ao retornar para casa. Disponível em:

https://unisinos.br/images/2024/noticias/Guia_de_Cuidados.pdf. Acesso em 05 jul 2024.