



ALIMENTOS: transmissão e prevenção de doenças

Tânia Maria Felisbino Rosa¹
Daniela de Stefani Marquez²
Milena Carla Queiroz da Silva³
Lauriane de Oliveira Silveira⁴

RESUMO

Devido à falta de tempo das pessoas para preparar sua alimentação em casa, elas passaram a se alimentar na rua, procurando uma alimentação saudável e segura. Devido a todos os riscos que o alimento fica exposto como perigo físico, químico e microbiológico, é preciso tomar cuidados higiênicos sanitários desde a plantação até sua distribuição, como higienização correta dos equipamentos, ambiente, utensílios, matéria- prima, higiene pessoal. Pelo fato do manipulador está presente em todas as etapas do preparo do alimento, ele deve ser orientado e treinado para não levar e evitar a contaminação do alimento. O nutricionista está apto a levar segurança alimentar a Unidade de Alimentação e Nutrição, passando seus conhecimentos aos funcionários, para que seja realizado um trabalho excelente levando segurança ao consumidor.

Palavra-chave: Contaminação do Alimento. Transmissão de doenças Alimentícia. Infecção por Microrganismo.

ABSTRACT

Due to lack of time for people to prepare your food at home, they began to feed on the street, looking for a safe and healthy food. Because of all the risks that the food is exposed to physical, chemical and microbiological hazard, we must take the sanitary care from planting to distribution, as proper cleaning of equipment, environment, tools, raw material, personal hygiene. Because the handler is present in all food preparation steps, it must be guided and trained not to take and avoid contamination of food. Nutritionists are able to take food security Food and Nutrition Unit, passing their knowledge to employees, to be done an excellent job leading consumer safety.

¹ Acadêmica do curso de Nutrição da Faculdade Atenas

² Professora da Faculdade Atenas

³ Professora da Faculdade Atenas

⁴ Professora e orientadora do estágio em Unidade de Alimentação e Nutrição do curso de Nutrição da Faculdade Atenas, laurianeoliveira15@hotmail.com



Keywords: *Food Contamination. Transmission Food diseases. Microorganism infections.*

INTRODUÇÃO

Atualmente com o desenvolvimento urbano, a falta de tempo das donas de casa para prepararem sua alimentação e de sua família, veio à necessidade de se alimentarem fora de casa, procurando praticidade. De acordo com crescimento do ramo alimentício, os comerciantes que produzem alimentos se preocupam em investir em praticas que levem tranquilidade ao consumidor (DEVIDES, MAFFEI, CATANOZI, 2014).

Os alimentos são constituídos por substâncias químicas, devendo fornecer nutrientes como carboidratos, lipídios, proteínas, minerais e vitaminas necessários para o desenvolvimento e manutenção de ser vivo nas várias etapas de sua vida. Alguns microrganismos através da alimentação podem levar benefícios ao ser humano como algumas bactérias benéficas, ao contrario das patogênicas que podem causar males enormes ao organismo (RIENDEL, 2007).

Doenças Transmitidas por Alimento (DTAS) são casos clínicos relacionados com alimentos provavelmente contaminados por microrganismos patogênicos ou infestantes (infecciosos, toxinogênicos ou infestantes) alimentos que possam conter perigos biológicos, químicos ou físicos encontrados nos alimentos (SILVA JR, 2007).

Diante disso este trabalho veio apontar as vias de transmissão das doenças através dos alimentos, com o objetivo de investigar as condições higiênicas- sanitário da Unidade de Alimentação e Nutrição, no momento de produção até a distribuição do alimento. Destacando as fontes de contaminação por microrganismo, levando em consideração a relevância da implantação das boas práticas de manipulação de alimentos para produção de alimentos seguros (SOUSA, 2014).



METODOLOGIA DO ESTUDO

Será realizado um estudo bibliográfico do tipo descritivo. A pesquisa utilizará informações do acervo da biblioteca da Faculdade Atenas, bases de dados contendo artigos científicos.

DESENVOLVIMENTO

As patologias provenientes da ingestão de alimentos contaminados vêm aumentando cada vez mais devido ao elevado inúmeros microrganismos existentes no planeta que levam prejuízos ao ser humano (RIENDEL, 2007).

O ambiente em que se preparam os alimentos, assim como onde as pessoas se alimentam devem ser bem higienizado evitando a presença de microrganismos que o torna contaminado. Pois o ser humano fica exposto o tempo todo a perigos, não se contaminando na maioria das vezes por possuir imunidade nata contra microrganismos patogênicos. O ser humano pode contrair doenças se a imunidade baixar, se a quantidade de parasitas for muito alta, e o organismo não conseguir se defender. O objetivo principal da nutrição é reduzir ao máximo os perigos que possam se estalar em um alimento, levando segurança e qualidade para os comensais (RIENDEL, 2007).

Um alimento saudável depois de preparado deve manter suas características sensoriais fundamentais como cor, odor, sabor, textura, assim levando qualidade, segurança sem presença de microrganismos patogênicos, não oferecendo perigos aos clientes. Disponibilizando todos nutrientes necessários para um bom funcionamento, desenvolvimento e manutenção do organismo (SILVA JR, 2007).

O alimento pode ser contaminado de várias formas, de natureza química, física e microbiológica, causando doenças após sua ingestão através de bebidas e alimentos. É de fundamental importância o acompanhamento da produção do alimento desde a matéria-prima até seu consumo, observando os pontos críticos e corrigindo (SOUZA, 2014).



Na maioria das vezes os programas de controle sanitários deixam a desejar, não fiscalizando e orientando a respeito da importância da produção de um alimento inócuo (RIENDEL, 2007).

Em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), o manipulador é uma das principais ferramentas, para que ocorra um bom funcionamento da empresa, podendo evitar Doenças Transmitidas por Alimentos (DTAs), a higienização do ambiente, equipamentos, utensílios, higiene pessoal são etapas cruciais para prevenção (KOCHANOSKI, et al 2009).

A fase da manipulação do alimento é uma das mais críticas dentro uma Unidade de Alimentação e nutrição, daí a necessidade de aperfeiçoamento do manipulador para realizar suas tarefas com consciência e utilizando métodos corretos e seguros para a produção de um alimento saudável (SILVA JR, 2007).

Uma maneira de se prevenir a contaminação do alimento é a orientação e treinamento do manipulador de alimentos, tornando os apitos para exercer a profissão, obedecendo a etapas e procedimentos indicados para o preparo de um alimento seguro (SOUZA, 2014).

O corpo dos manipuladores alojam diversos tipos de bactérias que podem contaminar o alimento. Estes estão presentes na boca, pele, nariz, cabelo, garganta e trato gastrointestinal (KOCHANOSKI, et al 2009).

O manipulador pode ser uma fonte de contaminação desde que não siga as normas estipuladas para produção de um alimento. Na maioria das vezes o manipulador não faz uma higienização correta dos equipamentos, desmontando, (OLIVEIRA, et al 2008).

Em muitos casos o manipulador não tem informação suficiente a respeito da higiene pessoal, preparação, forma correta de armazenar os alimentos, conhecimento de como utilizar detergentes, desinfecção e causadores de danos (DEON, et al 2014).

O toque das mãos não higienizadas nos equipamentos, utensílios, alimentos pode levar a contaminação dos mesmos. A atitude de falar, espirrar, tossir próximo aos alimentos pode levar um grande número de microrganismo para o alimento (MEDEIROS, PEREIRA, SACCOL, 2012).

Um fator importante que deve ser evitado em uma unidade de alimentação é a contaminação cruzada, onde um alimento cru pode contaminar um cozido, que contenha algum microrganismo causador de doenças. Principalmente



através de carnes cruas ou hortaliças cruas, que não esteja higienizada corretamente (MORAES, et al 2014).

Algumas doenças transmitidas pelos alimentos são Toxínose, Infecção, Infestação, Intoxicação química. A contaminação do alimento pode ocorrer por parasitas, quando ingeridos se alojam principalmente no intestino, ocorrendo à infestação do indivíduo. As bactérias quando se multiplicam liberando substâncias químicas, que são as toxinas que podem causar doenças lesionando o intestino. O alimento pode ser contaminado também por produtos químicos, que pode levar intoxicação da pessoa (SILVA JR, 2007).

As patologias provenientes de alimentos estão relacionadas na maioria das vezes a germes ingeridos ou toxinas liberadas em quantidades elevadas, podendo ocorrer na preparação do alimento ou após estarem prontos (BRILHANTE, 2012).

A água está relacionada com a transmissão de doenças, estando presente em todas as etapas do preparo dos alimentos, por isso deve-se ter um cuidado especial para que não seja contaminada (WERLE, et al 2012).

O peixe é um alimento que se altera facilmente, comparado com a carne, devendo ter cautela em sua manipulação, captura, estocagem e comercialização (LOPES, et al 2012).

As saladas que não são cozidas representam um perigo de grande proporção microbiológica, ocorrendo em qualquer etapa de sua fabricação, desde a plantação até seu consumo. Conseqüentemente deve ser efetuada higienização rigorosa para manter suas características desejadas (CALIL, et al 2013).

Comércios que lidam com a confecção de alimentos procuram oferecer uma alimentação balanceada nutricional mente, com uma higienização apropriada (SOMAVILHA, LOPES, 2013).

O controle de qualidade é um método importante, pois cita regras e técnicas para um procedimento adequado na manipulação dos alimentos. Um manipulador treinado e consciente produzirá um alimento livre de perigos (MIDLEY, et al 2014).

Com informações precisas da microbiota existente nos alimentos se vê a necessidade da inserção de metas prevenindo e corrigindo problemas, de acordo com Boa Prática de Fabricação (BPF) e Análise de Perigos e Pontos Críticos de



Controle (APPCC) para que se tenha segurança alimentar (REIS, PENNA, HOFFMANN, 2013).

A eliminação de microrganismos pode ocorrer através da cocção no tempo e temperatura correta, evitando a sobrevivência e multiplicação dos germes (KOCHANOSKI, et al 2009).

O nutricionista tem o papel de promover a segurança alimentar, fornecendo orientação nutricional em todas as áreas que atua, prevenido doenças, mantendo e recuperando a saúde do indivíduo, oferecendo qualidade de vida através de uma alimentação saudável e segura. Treinando e orientando o manipulador para que adquira conhecimentos a respeito de como manipular corretamente o alimento de forma higiênica evitando sua contaminação (PINHEIRO, et al 2012).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista a necessidade das pessoas se alimentarem fora de casa, uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) deve procurar oferecer uma alimentação saudável e segura ao comensal.

Devendo está atento às condições higiênicas sanitário da unidade de alimentação, implantando o manual de boas praticas de manipulação, seguindo as instruções dos Procedimentos Operacionais Padronizados (POP), prevenindo e alimento.

Portanto o manipulador é de fundamental importância na produção de um alimento inócuo, devendo haver um controle rigoroso no processo de manipulação do alimento, higienizando bem os equipamentos, ambiente, utensílio, matéria- prima entre outros, evitando assim a proliferação de microrganismos e promovendo sua eliminação.

O nutricionista é indispensável em uma unidade de alimentação, devendo orientar e treinar o manipulador para que ele realize suas tarefas com qualidade e segurança, para que não ocorra o desenvolvimento de nenhuma doença transmitida pelos alimentos, levando confiança as pessoas que ali frequentam.



REFERÊNCIAS

- BRILHANTE, Jackline Freitas. **Contaminação microbiológica em serviços de alimentação**: importância e controle. Rev. Nutr. , São Paulo: v.37, n. 1, p.80, 2012.
- CALIL, Ercília Maria Borgherese; FERREIRA, Fernanda Lúcia Alves; BRAZÃO, Claudia Sian, et al. **Qualidade microbiológica de saladas oferecidas em restaurantes tipo self- service**. ASA, São Paulo: v.1, n.1, p.37, 2013.
- DEON; Bárbara Cecconi; MEDEIROS, Laissa Benites; HECKTHEEUER, Luisa Helena, et al. **Perfil de manipuladores de alimentos em domicílios**. Ciência e Saúde Coletiva, p.1554, 2014.
- DEVIDES, Gabriela Gianini Guilherme; MAFFEI, Daniele Fernanda; CATANOZI, Maria da Penha Longo Mortatti. **Perfil socioeconômico e perfil de manipuladores de alimentos e o impacto positivo de um curso de capacitação em Boas Práticas de Fabricação**. Food Technology, São Paulo: v.17,n.2, p.167, 2014.
- KOCHANSKI, Samile; PIEROZAN, Morgana Karin; MOSSI, Altemir José et al. **Avaliação das condições microbiológicas de uma Unidade de Alimentação e Nutrição**. Alim. Nutr. Araraquara, Rio Grande do Sul: v.10, n.4, p.664, 2009.
- LOPES, Ilderlane da silva; FERREIRA, Elka Machado; PEREIRA, Débora de Matos. **Pescado amarela (Cynoscion acoupa), desembarcada**: características microbiológicas e qualidade do gelo utilizado na sua conservação. Rev. Inst. Adolfo Lutz, p.678, 2012.
- MEDEIROS, Larissa Benites; PEREIRA, Larissa Costa; SACCOL, Ana Lúcia de Freitas; et al. **Atitudes de riscos dos consumidores em self-service**. Rev. Inst. Adolfo. São Paulo: p.738, 2012.
- MIDLEY, Luiza Coelho; SOUZA, Deizy Kelly Fernandes; SILVA, Maria Cláudia, et al. **Análise microbiológica do recheio de salgados de uma fábrica em Brasília, Distrito Federal**. Ciências da saúde Brasília: v.12, n.4, p.2, 2014.
- MORAES, Dunya Mara Cardoso; ANDRADE, Maria Auxiliadora; REZENDE, Cíntia Silva Minafra, et al; **Fontes de infecção e perfil de suscetibilidade aos antimicrobiano de Salmonella sp. isoladas no fluxo de produção de frangos de corte**. Arq. Inst. Biol., São Paulo: v.81, n. 3, p.196, 2014.
- OLIVEIRA, Maíra Maciel de Oliveira; BRUGNERA, Danilo Florisvaldo; MENDONÇA, Alexandre Tourino; PICCOLI, Roberta Hilsdorf. **Condições Higiênico - Sanitário de máquinas de moer carne, mãos de manipuladores e qualidade microbiológica da Carne Moída**. Ciênc. Agrotec. Lavras, Minas Gerais: v.32, n.6, p.1894, 2008.
- PINHEIRO, Anelise Rizzolo Oliveira; RECINE, Elizabetta; ALENCAR, Bárbara, et al. **Percepção de professores e estudantes em relação ao perfil de formação do nutricionista em saúde pública**. Rev. Nutr., São Paulo: p.633, 2012.

REIS, Janaína Alves; PENNA, Ana Lúcia Barretos; HOFFMANN, Fernando Leite. **Microbiota contaminante em bebidas lácteas fermentadas comerciais**. Rev. Inst. Adolfo Lutz, São Paulo: p. 94, 2013.

RIEDEL, Guenther. **Controle Sanitário dos Alimentos**. 3 ed. São Paulo: Atheneu, p.74, 2005.

SILVA JR, Eneo Alves. **Manual de Controle Higiênico-Sanitário em Serviço de Alimentação**. 6 ed. São Paulo: Varela, p.51,1995.

SOMAVILHA, Géssica Piovesan; LOPES Caryl Eduardo Jovanovich. **Orientações técnicas, legais e normativas para projetos de espaços destinados a serviços de alimentação coletiva**. Rev. de Arquitetura da IMED, Rio Grande do Sul: v.2, n. 2, p.110, 2013.

SOUSA, Cristina Paiva. **Vigilância à saúde e prevenção na transmissão de patógenos**. Ver. Cult. e Ext. USP, São Paulo: v.11, p.61, 2014.

WERLE, Catierine Hirsch; PEREIRA, Ana Paula Maciel; GONÇALVES, Tânia Maria Vinturim, et al. **Estudo das condições de preparo da merenda escolar em creches**. Rev. Inst. Adolfo Lutz, São Paulo: p.742, 2012.