

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**  
**E**  
**COVID-19**  
**DIRETRIZES**  
**ORIENTADORAS**



## Índice

	Pág
Objetivo.....	3
Introdução.....	3
Gestão de equipas.....	4
Higiene pessoal.....	5
Higiene das instalações, equipamentos e utensílios.....	6
Receção e armazenamento de matérias-primas.....	7
Preparação, confeção e empratamento de refeições.....	8
Refeições no refeitório escolar.....	9
Considerações gerais .....	9
Organização do refeitório escolar .....	9
Funcionários do refeitório escolar .....	11
Utilizadores do refeitório escolar.....	11
Bufete Escolar.....	12
Máquinas de Venda Automática.....	12
Bibliografia.....	13

## **OBJETIVO:**

Diretrizes gerais para atuação no contexto de fornecimento de refeições escolares saudáveis e seguras em tempos de pandemia COVID-19.

## **INTRODUÇÃO:**

O refeitório escolar desempenha um papel fundamental na promoção de bons hábitos alimentares, através do fornecimento de refeições e alimentos nutricionalmente equilibrados, saudáveis e seguros.

Considerando que este espaço é frequentado por toda a comunidade educativa é de elevada importância reforçar as medidas de organização e de higiene implementadas nestes espaços.

Em contexto de pandemia Covid-19, o fornecimento de refeições escolares deverá, sempre que possível, ser assegurado no estabelecimento de educação/ensino, podendo ser realizado no refeitório escolar, desde que as condições existentes salvaguardem o cumprimento das recomendações das autoridades de saúde, especialmente no que respeita ao distanciamento social.

As orientações constantes do presente documento destinam-se aos estabelecimentos de educação e ensino, os quais, de acordo com a sua realidade e especificidades, deverão procurar adaptar este referencial.

## **GESTÃO DE EQUIPAS:**

### **Estabelecimentos com contratação externa de fornecimento de refeições:**

Assegurar que as empresas dispõem de planos de contingência adaptados à Covid-19. Os planos de contingência das empresas prevalecem nos termos do contratado. Verificar a sua aplicação.

### **Estabelecimentos com sistema de gestão direta:**

O plano de contingência interno, deverá ser do conhecimento de todos os colaboradores afetos ao estabelecimento de educação/ensino.

Os colaboradores deverão ter conhecimento de como proceder perante um caso suspeito de COVID-19, assim como conhecer sinais e sintomas sugestivos da COVID-19.

Deverá existir a monitorização diária do estado de saúde dos mesmos tendo particular atenção à presença de febre, tosse, dificuldade respiratória, entre outros sintomas relevantes associados.

No caso de os colaboradores desenvolverem sinais ou sintomas sugestivos da COVID-19 durante o período laboral, poderão ser considerados casos suspeitos, devendo ser encaminhados para a área de isolamento, de acordo com o Plano de Contingência do Estabelecimento.

Na área de preparação e distribuição dos alimentos deverá ser limitado o número de funcionários mantendo, dentro do possível, a composição das equipas de trabalho.

Deverá existir a sinalização dos percursos de circulação e, sempre que possível (em função do número de refeições), elaborar horários de entrada e saída distintos, de modo, a garantir o distanciamento social dos colaboradores nos vestiários.

Deverão ser cumpridas regras de distanciamento físico entre funcionários durante as atividades e pausas de almoço. Procurar evitar ao máximo o contacto

próximo com pessoas que revelem sintomas de doença respiratória, como tosse e espirros.

No que respeita aos estabelecimentos de 1ºCiclo, Educação Pré-Escolar e Creche, sempre que possível selecionar colaboradores para acompanhar as refeições de determinados grupos, atribuindo preferencialmente a cada colaborador o mesmo grupo de alunos e a mesma tarefa. Na pré-escolar auxiliares/educadoras devem, sempre que possível, prestar acompanhamento às crianças da respetiva sala.

### **HIGIENE PESSOAL:**

No plano da higiene pessoal privilegiar e reforçar a formação dos manipuladores de alimentos sobre boas práticas de higiene (lavagem das mãos, etiqueta respiratória, procedimentos de colocação da máscara, etc) e segurança alimentar.

Todos os colaboradores/fornecedores/utilizadores deverão, sempre que possível, manter a máxima distância evitando contacto físico não essencial (p.ex.: abraços e apertos de mão).

Os colaboradores deverão proceder à higienização frequente e adequada das mãos com água e sabão, durante 20 segundos, ou de acordo com as indicações da ficha técnica do produto selecionado.

Quanto à utilização de máscara esta deverá ser utilizada de forma adequada durante o período de trabalho, de acordo com as recomendações das autoridades de saúde.

Os manipuladores de alimentos deverão dispor de equipamento adequado de proteção individual (touca, máscara, farda e calçado adequado, diferente do utilizado no exterior).

Sempre que necessário, utilizar luvas. As luvas deverão ter uma correta colocação, remoção e frequente substituição principalmente sempre que os

colaboradores transitem de uma área suja para uma área limpa, numa mudança de tarefa ou sempre que estas se apresentem danificadas.

### **HIGIENE DAS INSTALAÇÕES, EQUIPAMENTOS E UTENSÍLIOS:**

O estabelecimento deverá dispor de um plano de higienização que indique as áreas a higienizar, o profissional responsável pela execução, os procedimentos, os produtos adequados à higienização, a frequência e o momento mais conveniente para a sua realização.

O estabelecimento deverá dispor de registos que assegurem a monitorização dos procedimentos de higienização. Os colaboradores deverão estar informados sobre os produtos a utilizar (detergentes e desinfetantes) e o seu manuseamento adequado.

No que respeita aos planos de higiene e desinfeção das superfícies, deverá ser dada especial atenção às superfícies que são tocadas frequentemente (p.ex.: maçanetas, torneiras, mesas, bancadas, cadeiras, corrimãos, interruptores) as quais deverão ser higienizadas pelo menos duas vezes por dia.

A higienização das mesas, cadeiras (assentos e encostos) e tabuleiros deverá ser feita com produtos adequados e após cada utilização.

A utilização de toalhetes de papel para a limpeza deverá, sempre que possível, ser privilegiada e de utilização única. No caso da existência de panos de limpeza estes deverão ser usados sempre húmidos e ter cores diferentes para as bancadas e utensílios.

Algumas técnicas de limpeza poderão ser implementadas como o sentido de cima para baixo e das áreas mais limpas para as mais sujas, como paredes e teto (se aplicável), superfícies acima do chão (bancadas, mesas, cadeiras, corrimãos, outros), equipamentos existentes e instalações sanitárias.

A lavagem do chão deverá ser feita com água e detergente, seguida da desinfeção com solução de lixívia diluída em água no final de cada utilização.

A loiça utilizada deverá, sempre que possível, ser lavada na máquina de lavar com detergente e a temperaturas elevadas (80°C-90°C). Caso não seja possível, assegurar que a lavagem é feita com água quente.

No que respeita aos contentores ou recipientes de lixo, estes deverão ter uma desinfeção correta de acordo com as necessidades (mínimo uma vez por dia/ final do turno). Todos os procedimentos de higienização de instalações, equipamentos e utensílios deverão ser monitorizados, assegurando a sua correta implementação.

### **RECEÇÃO E ARMAZENAMENTO DE MATÉRIAS-PRIMAS:**

O plano para a receção de produtos alimentares deverá ser criado/adaptado, de modo a controlar/ definir o horário de receção dos produtos alimentares, evitando que se rececionem os diferentes fornecedores em simultâneo.

A entrada do fornecedor deverá ser feita através da zona de receção ou outra destinada especificamente para o efeito. O fornecedor deverá apresentar-se com máscara e os colaboradores devem efetuar a receção cumprindo o distanciamento social. O fornecedor deve garantir a entrega de todos os produtos em estrados ou carros próprios para o efeito (não colocando no chão), de modo a serem rececionados por um colaborador.

O acesso ao interior das instalações por profissionais externos ao serviço, deverá ser restringido, podendo ser afixada uma sinalética de modo a impedir o acesso a áreas restritas.

A receção de faturas e guias em papel deverá, sempre que possível, ser evitada, privilegiando, o formato eletrónico.

Sempre que possível, os colaboradores deverão usar luvas, batas ou aventais descartáveis quando rececionam a mercadoria e manuseiam as embalagens, devendo estas ser descartadas após utilização.

A receção dos produtos alimentares deverá ser feita com o reforço da implementação e manutenção dos cuidados de higiene pelos colaboradores responsáveis, em conformidade com as normas em vigor.

Quanto aos equipamentos e carros de transporte, deverão ser higienizados após a utilização. No ato de receção, deverá existir a verificação das características dos produtos alimentares relativamente à sua qualidade, higiene e segurança. O armazenamento dos produtos alimentares deverá ser feito com a maior brevidade possível, particularmente os produtos que necessitam de refrigeração ou congelação, de modo a não interromper a cadeia de frio.

Antes de armazenar os produtos, todas as caixas e embalagens não necessárias deverão ser retiradas da entrada da unidade.

### **PREPARAÇÃO, CONFEÇÃO E EMPRATAMENTO DE REFEIÇÕES:**

Neste âmbito, deverá ser disponibilizado todo o material e equipamentos necessários para garantir os corretos procedimentos de higiene e segurança durante a preparação e confeção das refeições (p. ex.: equipamentos, detergentes e desinfetantes). É de salientar a extrema importância da lavagem das mãos: antes e depois de manusear os alimentos.

No que respeita à lavagem dos utensílios, estes deverão ser assegurados assim como a lavagem das tábuas de corte e das superfícies da cozinha, tendo sempre em conta o plano de higiene e limpeza, antes e depois de preparar cada tipo de alimento.

A utilização de utensílios e tábuas de corte diferentes para alimentos crus e cozinhados devem ser sempre efetuadas, assim como a separação dos alimentos cozinhados ou prontos a consumir e os alimentos crus antes, durante e após a preparação.

Deverá ser privilegiado o armazenamento dos alimentos cozinhados em recipientes fechados de modo a evitar o contacto entre alimentos crus e cozinhados.

Deverá ser feita a desinfeção das bancadas de trabalho e das mesas com produtos de limpeza apropriados. Assegurar procedimentos de controlo da qualidade dos alimentos, nomeadamente o controlo da temperatura.

O empratamento das refeições deverá ser sempre feito a temperaturas adequadas.

## **REFEIÇÕES NO REFEITÓRIO ESCOLAR**

### **CONSIDERAÇÕES GERAIS:**

Os horários das refeições deverão ser ajustados com distribuição dos alunos por diferentes turnos no sentido de assegurar o distanciamento social no espaço do refeitório (deverá ter a lotação reduzida);

Os refeitórios deverão ter ventilação adequada e renovação frequente do ar, através da abertura de portas e janelas.

Será importante sinalizar a necessidade de higienização das mãos e do distanciamento social no espaço do refeitório escolar.

Deverá existir um reforço dos procedimentos de higienização e desinfeção do refeitório, nomeadamente na utilização entre turnos;

### **ORGANIZAÇÃO DO REFEITÓRIO ESCOLAR:**

A capacidade máxima do refeitório deverá ser reduzida, por forma a assegurar, sempre que possível, o distanciamento físico recomendado entre os utilizadores. No caso dos estabelecimentos de Educação Pré-Escolar, poderá ser avaliada a possibilidade de marcação de lugares. Planificar a disposição das cadeiras e mesas garantindo o distanciamento físico (assinalar lugares interditos).

Poder-se-á delimitar circuitos específicos para o refeitório com definição de fluxos de entrada e saída da área e respetiva sinalética.

Os utilizadores deverão ser incentivados a manter a distância de, pelo menos, 2 metros, podendo ser conseguido através da sinalização do local e/ou informação adequada.

Deverão ser disponibilizados dispensadores de solução à base de álcool localizados perto da entrada, saída e/ou outros locais convenientes, associados a uma informação incentivadora e explicativa.

Quando aplicável, o atendimento em balcão deverá ser feito através de barreiras físicas que limitem a proximidade entre os colaboradores e os utilizadores (p. ex.: colocação de barreira de acrílico que limite a exposição).

No refeitório poderá ser definido um colaborador para a preparação e entrega do tabuleiro, disponibilizando os talheres e guardanapos de papel em saquetas individuais. Estas saquetas poderão ser utilizadas também para guardar a máscara, durante a refeição.

Todos os elementos decorativos como toalhas de mesa, jarros de água, cestas de pão, recipientes de temperos, porta-guardanapos das mesas deveram ser eliminados optando por meios que evitem a manipulação pelos utilizadores (p. ex.: servida por um colaborador afeto ao serviço), favorecendo outras alternativas.

Pode ser elaborado um procedimento de recolha dos tabuleiros de modo a evitar a aglomeração de pessoas e o contacto dos utilizadores com os tabuleiros dos restantes.

Para minimizar riscos, a utilização do micro-ondas está desaconselhada. Caso seja necessária a sua utilização garantir a higienização adequada após cada utilização.

## **FUNCIONÁRIOS DO REFEITÓRIO ESCOLAR:**

Deverão ser revistos todos os protocolos de limpeza, assim como a intensificação das rotinas de higienização, incluindo a desinfecção, com recurso a produtos adequados.

Deverá ser do conhecimento dos profissionais todo o plano de higienização e respetivos produtos (detergentes e desinfetantes) assim como o seu manuseamento e precauções.

A desinfecção adequada dos equipamentos críticos, deverá ser efetuada após cada utilização, com recurso a detergentes adequados, em todas as zonas de contacto frequente (p. ex.: maçanetas de portas, torneiras de lavatórios, corrimãos, bancadas), pelo menos duas vezes por dia.

A higienização das mesas, cadeiras e tabuleiros deverá ser feita com produtos recomendados e após cada utilização.

É da responsabilidade dos funcionários controlar o número de entradas e indicar o local a ocupar, monitorizando o cumprimento de rotina de higienização das mãos pelos utilizadores quando entram e saem do espaço do refeitório.

## **UTILIZADORES DO REFEITÓRIO ESCOLAR:**

No acesso ao refeitório deverá estar afixada informação alertando para boas práticas de higiene, lavagem das mãos e orientações para a utilização de soluções à base de álcool.

A higienização das mãos dos utilizadores deverá ser feita com água e sabão ou solução à base de álcool. Este procedimento deverá aplicar-se à entrada/saída do refeitório.

A utilização de máscara deverá ser privilegiada, exceto no período de consumo da refeição.

É desaconselhada a partilha de alimentos e utensílios/equipamentos entre utilizadores.

## **BUFETE**

No caso específico do bufete escolar, deverão ser adotadas medidas que permitam assegurar o distanciamento físico recomendado (2 metros).

Os funcionários e colaboradores do bufete deverão cumprir as recomendações de higiene, limpeza, desinfeção e distanciamento social.

No que respeita aos pedidos/pagamentos ao balcão, estes devem ser efetuados formando uma fila de espera, sendo os utilizadores incentivados a manter a distância de, pelo menos, 2 metros, podendo ser conseguidos através da sinalização do local e/ou informação adequada. Privilegiar, sempre que possível, métodos de pagamento através de meios que permitam evitar o contacto (p. ex.: pagamento eletrónico, terminal de pagamento automático contactless).

## **MÁQUINAS DE VENDA AUTOMÁTICA**

No caso da existência de máquinas de venda automática deverão ser privilegiados alimentos com prazo de validade mais alargado. O seu acesso deve ser evitado durante a hora do almoço, sempre que o equipamento o possibilite.

Quanto aos fornecedores/funcionários responsáveis pelo carregamento e manutenção deverão cumprir um horário fixo e estipulado de modo a não coincidir com a permanência da população escolar no espaço, assim como, assegurar todas as regras de higiene e segurança nomeadamente a utilização de máscara durante todo o processo.

Deverá ser disponibilizado um dispensador de solução antisséptica de base alcoólica ao lado da MVAA de modo a incentivar a sua utilização antes e após a utilização da máquina.

A desinfecção dos equipamentos deverá ser feita após cada utilização e higienizada após cada intervalo. No caso de haver mais do que uma MVAA, garantir o distanciamento de 2 metros entre cada uma delas.

Os responsáveis pela desinfecção dos equipamentos deverão ter formação sobre todos os procedimentos a adotar.

Deverá ser colocada sinalética com as normas de utilização da MVAA.

#### **BIBLIOGRAFIA:**

- Autoridade de Segurança Alimentar e Económica. Pode o novo tipo de coronavírus ser transmissível através da comida, Lisboa; março 2020. Disponível em: <https://www.asae.gov.pt/espaco-publico/destaques/pode-o-novo-tipo-decoronavirusser-transmissivel-atraves-da-comida.aspx>, acessado a 2020-06-26.
- Diretrizes gerais da Direção-Geral da Saúde. - Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19). Lisboa; 2020
- Ordem dos Nutricionistas. Guia Orientador “Boas práticas para o nutricionista durante a pandemia COVID-19”. GO 02/2020 Versão 02. Porto: Departamento da Qualidade, Ordem dos Nutricionistas; 2020.
- Ministério da Saúde, Direção-Geral da Saúde. Manual de intervenção alimentar e nutricional na COVID-19, de 2020-05-27. Lisboa; 2020.