

**Instrução segundo § 43, N.º 1, alínea 1 da  
Lei da Protecção Contra Doenças Infecciosas**

(versão alargada da folha informativa do Instituto Robert Koch)

**Departamento de Saúde de Charlottenburg-Wilmersdorf**

Hohenzollerndamm 174 – 177, 10713 Berlim

**As entidades patronais podem solicitar mais material aos nossos serviços.**

**Informações higiénico-sanitárias para o manuseamento de alimentos**

**Quem necessita do “cartão vermelho”?**

As pessoas que no âmbito de uma atividade profissional produzem, manuseiam e comercializam, isto é, vendem ou distribuem os seguintes alimentos:

- 1. Carne, carne de aves e produtos obtidos das mesmas;**
- 2. Leite e produtos lácteos;**
- 3. Peixes, caranguejos, moluscos e produtos derivados;**
- 4. Produtos derivados de ovos;**
- 5. Alimentos para bebés e crianças pequenas;**
- 6. Gelados e semi-produtos de gelados;**
- 7. Pastelaria com recheio ou cobertura não cozida ou bem fervida;**
- 8. Saladas refinadas, saladas de verduras cruas ou de batatas, molho de escabeche, maioneses, molhos com emulsionantes, leveduras ;**
- 9. Germes e rebentos para consumo em cru, bem como sementes para produção de germes e rebentos para consumo em cru;**

E que ao fazê-lo, entram em contacto directo (com a mão) com os mesmos ou indirecto através de objectos de uso (por ex.: loiça, talheres, outros materiais de trabalho) ou que trabalham em cozinhas de restaurantes, cafetarias, cantinas, cafés, bares ou outros centros com e para restauração colectiva

Necessitam de, **antes** de executar estas actividades pela primeira vez, participar numa sessão de esclarecimento, segundo o § 43 n.º 1 da Lei da Protecção contra Doenças Infecciosas. **O certificado de participação nessa sessão de esclarecimento é o chamado “cartão vermelho” e não deve ter sido emitido há mais de 3 meses antes do início da prestação de serviço.**

A entidade patronal tem a obrigação de esclarecê-lo logo que comece a trabalhar e posteriormente pelo menos de dois em dois anos, documentando esse facto<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> A primeira sessão de esclarecimento deverá ser registada no cartão vermelho, o que permite provar que o início da atividade se efetuou dentro do **prazo de 3 meses**.

O certificado da primeira sessão de esclarecimento e a documentação da última efectuada têm de estar disponíveis no seu local de trabalho de modo a que as autoridades fiscalizadoras as possam visualizar.

### **Por que é que é necessário observar medidas especiais de precaução?**

Alguns agentes patogénicos podem multiplicar-se nos alimentos mencionados com enorme facilidade. Após o consumo de alimentos contaminados (com certos microorganismos), os consumidores podem ficar gravemente doentes devido a infecções ou intoxicações alimentares. Em restaurantes e instituições comunitárias, o número potencial de pessoas infectadas cresce (exponencialmente). Isto pode significar até perigo de vida para os mais idosos, as crianças mais novas bem como as pessoas com o sistema imunitário débil.

Neste sentido, é exigido de cada empregado um elevado nível de responsabilidade individual e cumprimento estrito das normas higiénicas mais importantes, de forma a proteger tanto o consumidor como o próprio funcionário de infecções causadas por alimentos.

(As regras mais importantes estão compiladas nas páginas 3 e 4.)

### **Quando é que há razões para ser proibido de exercer a actividade?**

A **Lei de Protecção contra Doenças Infecciosas** dispõe que o Sr./Sra. não deve desempenhar as actividades acima mencionadas se observar qualquer sintoma relacionado com as seguintes doenças, ou se alguma destas doenças lhe for diagnosticada por um médico:

- Gastroenterite infecciosa aguda (diarreia contagiosa que se manifesta de repente) causada por salmonelas, *shigella*, febre tifóide, febre paratífóide, bactérias da cólera, estafilococos, campilobactéria, por rotavírus ou outros agentes que causam diarreia;
- Hepatite viral do tipo A ou E (inflamação do fígado);
- Se tiver feridas infetadas ou uma doença cutânea em que haja a possibilidade de transmissão de agentes patogénicos a outras pessoas através de alimentos.

Se a análise de uma recolha das suas fezes comprovou a presença de **um dos seguintes agentes patogénicos**:

- Salmonelas;
- *Shigella*;
- Bactérias enterohemorrágicas *Escherichia coli* (EHEC);
- *Vibrio cholerae*;

fica proibido de trabalhar no sector da alimentação ainda que defeque apenas estas bactérias (mesmo sem estar a sentir-se propriamente doente). O Departamento de Saúde poderá permitir excepções esporadicamente desde que sejam observadas algumas medidas.

**Estas proibições de actividade entram automaticamente em vigor em caso de doença,** não sendo necessário que o Departamento de Saúde emita uma proibição por escrito. A entidade patronal não poderá despedi-lo por esta razão e está seguro contra prejuízos financeiros.

---

1 A primeira sessão de esclarecimento deverá ser registada no cartão vermelho, o que permite provar que o início da actividade se efetuou dentro do **prazo de 3 meses**.

## Os seguintes sintomas indicam as doenças acima mencionadas:

- **Diarreia** (eventualmente com sangue) com mais de duas defecações líquidas<sup>2</sup> ao dia, sendo por vezes acompanhada de enjoo, vômitos e febre;
- **Febre alta** com fortes dores de cabeça, dores de barriga ou ainda dores articulares e obstrução intestinal (seguida de diarreia grave só passados alguns dias) podem ser sintomas de **febre tifóide e paratifóide**;
- **Diarreias claras e leitosas** com forte desidratação são típicas de **cólera**;
- Uma alteração da **cor da pele e dos globos oculares** que se tornam amarelos, acompanhada de debilidade e falta de apetite, são sinais de **hepatite A ou E**.

**Feridas ou feridas abertas causadas por doenças cutâneas** podem estar infectadas se se apresentarem avermelhadas, purulentas, húmidas ou inchadas;

**Se apresenta um ou mais dos sintomas acima mencionados, consulte por favor o seu médico de família ou o médico da empresa.** Informe-o de que trabalha numa empresa do setor da alimentação. **Além disso, é seu dever informar imediatamente o seu chefe ou a entidade patronal sobre a sua doença.**

---

## Que cuidados ter para a prevenção de infecções através dos géneros alimentares?

*As mãos são a principal fonte da transmissão de agentes patogénicos. Por essa razão, a higiene das mãos é dos procedimentos de maior importância para prevenir infecções.*

- **Adornos/Jóias**

No início do dia de trabalho, retire todas as jóias (anéis, pulseiras, relógios de pulso, etc.). Nas peças de joalheria, podem misturar-se com o suor, germes que se acumulam e propagam. A lavagem das mãos e o uso de desinfectante não alcançam o espaço por baixo das jóias.

- **Lavagem das mãos**

Lave-as:

- Antes de começar a trabalhar;
- Após os intervalos;
- Quando detectar qualquer sujidade minimamente visível;
- Naturalmente após cada ida a casa de banho ou quando haja contacto com a zona do nariz;

<sup>2</sup> Diz-se que existe **diarreia** quando há pelo menos 3 defecações líquidas ou de fezes sem forma num dia.

Como lavá-las:

Lave as mãos com água a correr e com sabonete líquido. Se as mãos estiverem muito sujas, sirva-se de uma escova de unhas, lavando-a e desinfectando-a após o seu uso.

Tome especial cuidado com:

- As pontas dos dedos e as unhas;
- A área entre os dedos;
- As costas das mãos e dos dedos;
- As linhas das palmas das mãos;
- Os polegares de todos os lados;

Para secar as mãos, use um material de secagem descartável (papel ou de pano) e feche a torneira usando o pano ou papel, de maneira a que a mão assim seca e desinfetada não toque nela.

***Procedimento de desinfecção:***

1. Secar completamente as mãos;
2. Aplicar uma dose de cerca de **3 ml de desinfetante alcoólico de mãos** sobre as palmas das mãos;
3. Esfregar as mãos escurulosamente (Atenção: esfregar as zonas problemáticas tanto como durante a lavagem das mãos);
4. **Deixe produzir efeito: pelo menos 30 segundos** (esfregar as mãos até estarem completamente secas). É importante deixar actuar o desinfetante o tempo suficiente;

Os **cuidados com a pele** também são uma parte fulcral da protecção da saúde, daí que o uso de um creme de mãos seja bastante importante. Uma pele bem cuidada evidencia menos golpes, logo, está melhor protegida contra infecções de agentes patogénicos.

- **Roupa / roupa de protecção**

Use roupas **limpas**, pois os germes também podem alojar-se nelas;

Durante o período de trabalho, use sempre uma **touca de cabelo**, que deve impedir que cabelos ou caspa caiam nos géneros alimentares.

- **Conduta**

Cubra o nariz ou a boca, sempre que espirre ou tussa! Use **lenços de papel** - depois de usá-lo uma vez, descarte-o! E de seguida, lave as mãos.

**A sua profissão acarreta responsabilidades especiais para com os clientes ou pessoas ao seu cuidado, por isso é fundamental cuidar da higiene das mãos;**