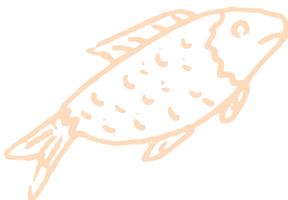


Márcia Monks Jantzen, Marilise O. Mesquita,
Graziella Chaves Trevilato, Michelle da Silva Schons, Luiza de Holleben Saraiva,
Michelle Becker Petersen, Larissa de Borba Espindola, Lucas Werle Vogel,
Francielle da Silva Santos, Cristiane Prates

Educação para Segurança Alimentar no Conjunto Habitacional Porto Novo



Porto Alegre
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
2015

Educação para Segurança Alimentar no Conjunto Habitacional Porto Novo

AUTORES:

Márcia Monks Jantzen,
Marilise Oliveira Mesquita, Graziella Chaves
Trevilato, Michelle da Silva Schons, Luiza de
Holleben Saraiva, Michelle Becker Petersen,
Larissa de Borba Espíndola, Lucas Werle Vogel,
Francielle da Silva Santos, Cristiane Prates

ILUSTRAÇÕES:

Luiza de Holleben Saraiva

COLABORAÇÃO:

Ana Vera Finardi Rodrigues

ELABORAÇÃO:

Núcleo de Criação, Editoração,
Revisão e Web Gráfica da UFRGS

PROJETO GRÁFICO:

Glauber Winck, Marta Elisa Zimmermann

CAPA:

Marta Elisa Zimmermann

EDITORAÇÃO:

Marta Elisa Zimmermann

REVISÃO:

Ana Santos, Cecília Fischer Dias

DADOS INTERNACIONAIS PARA CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO (CIP)

C327 Educação para Segurança Alimentar no Conjunto Habitacional Porto Novo /

Márcia Monks Jantzen et al. – Porto Alegre:

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2015.

40 p. : il.

Este projeto foi desenvolvido entre 2013 e 2014.

ISBN 978-85-66094-08-4

1. Higiene dos alimentos 2. Saúde coletiva 3. Promoção da saúde
I. Jantzen, Márcia Monks II. Mesquita, Marilise O. III. Trevilato, Graziella Chaves
IV. Schons, Michelle da Silva V. Saraiva, Luiza de Holleben VI. Petersen, Michelle
Becker VII. Espíndola, Larissa de Borba VIII. Werle Vogel, Lucas IX. Santos,
Francielle da Silva X. Prates, Cristiane

NLM WA730



Esta publicação foi desenvolvida com o objetivo de compartilhar conhecimentos sobre conservação de alimentos, para diminuir o risco de doenças causadas por eles na população do Conjunto Habitacional Porto Novo. Ela foi elaborada de acordo com as respostas obtidas nas entrevistas feitas por alunos e professoras da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, que buscavam conhecer os hábitos e costumes de preparo e consumo de alimentos nessa comunidade. As entrevistas foram realizadas de maneira individual, voluntária e sigilosa, com 225 famílias reassentadas no Conjunto Habitacional Porto Novo, abrangendo todas as quadras da comunidade. A pessoa entrevistada era sempre a responsável no domicílio pela compra e elaboração dos alimentos na casa.



Este material apresenta práticas de higiene no preparo e cuidados para evitar problemas causados pela alimentação, atendendo ao pedido da comunidade. Nas próximas páginas, serão descritos os resultados obtidos nas entrevistas realizadas durante o desenvolvimento do Projeto de Extensão. Ações como esta pretendem integrar a Universidade à comunidade, a fim de melhorar a saúde das pessoas.



De onde veio esta comunidade e onde ela está atualmente

A Vila Dique é uma comunidade localizada no entorno do Aeroporto Salgado Filho, em Porto Alegre. Ela surgiu na década de 50, sem planejamento urbano e de forma espontânea. A maioria das casas era de madeira, sem adequada infraestrutura e sem saneamento básico. Com o surgimento das obras de ampliação do aeroporto, a comunidade teve de ser transferida para outro local.

Através de recursos do governo, foram construídas novas moradias na Av. Bernardino Silveira Amorim, local denominado Conjunto Habitacional Porto Novo. A primeira etapa do reassentamento das famílias iniciou-se no ano de 2009 e estendeu-se até o ano de 2012.

As novas moradias possuem serviço de tratamento de água, canalização do esgoto na rede municipal, coleta de lixo periódica, sistema de escoamento da água da chuva e rede elétrica. Isso facilita as tarefas domésticas, os cuidados com a família e evita a transmissão de muitas doenças.





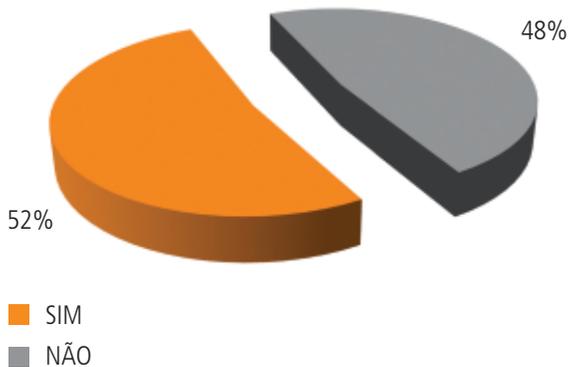
O QUE SÃO DOENÇAS TRANSMITIDAS POR ALIMENTOS?

Doenças transmitidas por alimentos (DTA's) ocorrem pela ingestão de alimentos ou bebidas contaminadas com micro-organismos que fazem mal à saúde. Eles podem ser bactérias, fungos ou toxinas.

Você sabia que as doenças de origem alimentar podem causar outros tipos de sintomas além de vômitos e diarreia?

Gráfico 1:

Representação gráfica das respostas obtidas nas 225 entrevistas realizadas nos anos de 2012 e 2013 no Reassentamento Urbano Porto Novo, zona norte de Porto Alegre/RS.



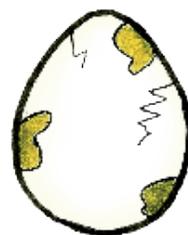
Abortos, dificuldades na visão ou cegueira, insuficiência renal, náuseas, dores abdominais e febre são as outras principais manifestações das doenças transmitidas por alimentos. Isso é mais comum de acontecer em pessoas que têm seu sistema de defesa contra as doenças enfraquecido, como mulheres grávidas, crianças menores de 5 anos e idosos.

As bactérias presentes em alimentos como leite, ovos e carnes são as principais causadoras de doenças.

Ovos

Por que não devemos consumir ovos com a casca rachada ou suja de fezes?

A bactéria *Salmonella*, causadora da doença salmonelose, vive no intestino das aves e pode penetrar em um ovo com rachadura. Ovos sujos de fezes também podem causar salmonelose, pois as fezes podem estar contaminadas por *Salmonella*.



Você utiliza ovos com casca rachada ou suja de fezes?

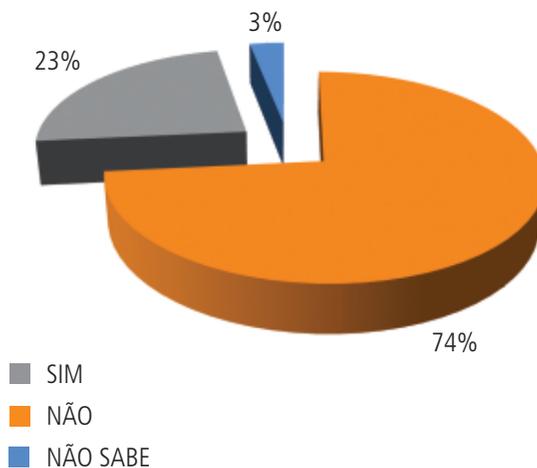


Gráfico 2:

Representação gráfica das respostas obtidas nas 225 entrevistas realizadas nos anos de 2012 e 2013 no Reassentamento Urbano Porto Novo, zona norte de Porto Alegre/RS.

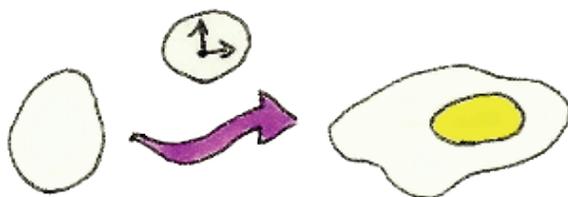
ATENÇÃO

Os principais sintomas da salmonelose são:



- dores abdominais;
- diarreia;
- febre;
- náusea;
- vômito;
- dores musculares;
- mal-estar.

A *Salmonella* morre em temperaturas acima de 65°C, o que se consegue cozinhando os ovos por aproximadamente dez minutos. Por isso é importante o completo cozimento antes do consumo.



Lembre-se que a maionese caseira não é 100% segura, pois os ovos crus utilizados podem estar contaminados pela bactéria *Salmonella*. Por isso, recomenda-se consumir a maionese industrializada, ou fazer maionese caseira com ovos cozidos, reduzindo os riscos.

Você utiliza ovo cru no preparo da maionese caseira?



Gráfico 3:

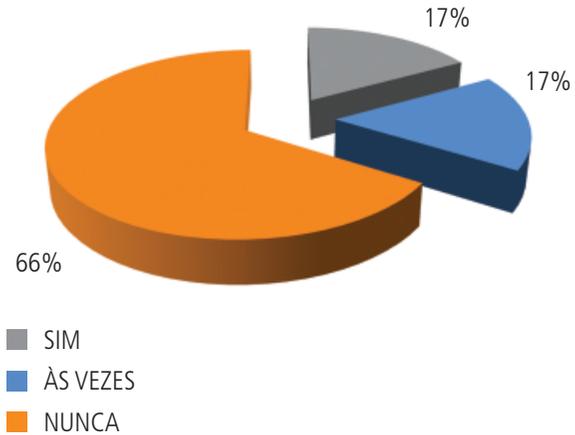
Representação gráfica das respostas obtidas nas 225 entrevistas realizadas nos anos de 2012 e 2013 no Reassentamento Urbano Porto Novo, zona norte de Porto Alegre/RS.

SIM ■
NÃO ■

*Você consome o que sobra
de maionese caseira
numa próxima refeição?*

Gráfico 4:

Representação gráfica das respostas obtidas nas 225 entrevistas realizadas nos anos de 2012 e 2013 no Reassentamento Urbano Porto Novo, zona norte de Porto Alegre/RS.



- Se preparar uma maionese em casa com ovo cru, lave bem os ovos antes de utilizá-los; isto diminui o risco de contaminação do alimento;
- Assim que estiver pronta, a maionese deve ser colocada na geladeira até o seu consumo ou utilizada imediatamente. É importante, também, que não se guardem as sobras para uma próxima refeição;
- Recomenda-se isso, porque a *Salmonella* (que pode estar no ovo) se reproduz rapidamente à temperatura ambiente. A salmonelose é considerada, na atualidade, uma das principais doenças transmitidas por alimentos.

Leite

Por que não consumir leite cru?

Leite cru é aquele que não passou pelo tratamento de calor (pasteurização), que serve para matar as bactérias causadoras de doenças, na indústria.

Este leite cru pode conter bactérias vindas da vaca, que podem causar doenças como tuberculose e brucelose. Portanto, se você ganhar um leite retirado direto da vaca, ele deverá ser fervido. Nunca compre leite cru (não pasteurizado).

Derivados do leite, como queijo e alguns doces, devem sempre ser refrigerados. Queijos coloniais não inspecionados apresentam risco para mulheres grávidas, crianças e pessoas com as defesas do organismo prejudicadas. E é importante comprar pequenas quantidades, para que não fiquem muito tempo na geladeira.



LEMBRE-SE:

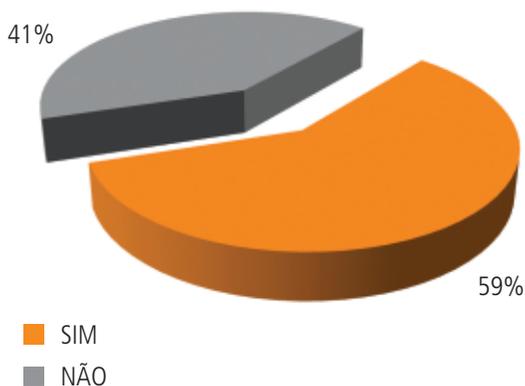


não é necessário ferver o leite pasteurizado (saquinho) ou UHT (caixinha), pois o reaquecimento causa perda de nutrientes importantes do leite.

Você sabia que o leite sem pasteurização pode transmitir doenças?

Gráfico 5:

Representação gráfica das respostas obtidas nas 225 entrevistas realizadas nos anos de 2012 e 2013 no Reassentamento Urbano Porto Novo, zona norte de Porto Alegre/RS.



CARNE

Por que não consumir carne crua?

A carne crua também pode conter bactérias que causam doenças. Para evitar esse problema, é necessário o completo cozimento da carne, fazendo desaparecer a cor vermelho-vivo, característica da carne crua.

Você sabia que carnes malcozidas podem fazer mal à saúde?

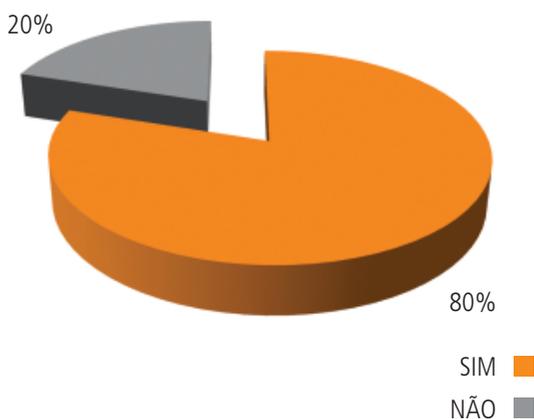


Gráfico 6:

Representação gráfica das respostas obtidas nas 225 entrevistas realizadas nos anos de 2012 e 2013 no Reassentamento Urbano Porto Novo, zona norte de Porto Alegre/RS.

As carnes e os embutidos crus (linguiças, salsichas, presunto e similares) devem sempre ser mantidos sob refrigeração nos estabelecimentos de compra. Nunca compre carnes vendidas por ambulantes.





Você sabia que o modo como você cozinha os alimentos, especialmente os de origem animal, pode evitar que eles transmitam alguma doença?

Você sabia que a melhor maneira de descongelar as carnes é colocando-as dentro de recipientes na parte mais baixa da geladeira de um dia para o outro?

O micro-ondas também é uma maneira correta de descongelamento.

Você sabia que a melhor forma de descongelar carnes é dentro da geladeira?



Gráfico 7:

Representação gráfica das respostas obtidas nas 225 entrevistas realizadas nos anos de 2012 e 2013 no Reassentamento Urbano Porto Novo, zona norte de Porto Alegre/RS.

■ SIM
■ NÃO

Mel

Só adquira mel que apresente selo de inspeção. Cuidado com o mel falsificado. Não se deve dar mel para crianças menores de um ano de idade.

Quando desejar recuperar um mel cristalizado, coloque-o em banho-maria a temperatura tolerável ao toque da mão (por volta de 40^o C). Não ultrapasse essa temperatura, para que o mel não perca suas características benéficas.

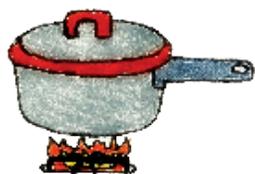
Frutas e verduras

Apesar de não serem de origem animal, também requerem cuidados na higienização, pois podem conter micro-organismos que transmitem doenças. Mais adiante neste material saberemos os cuidados necessários com a higiene e o armazenamento destes alimentos.



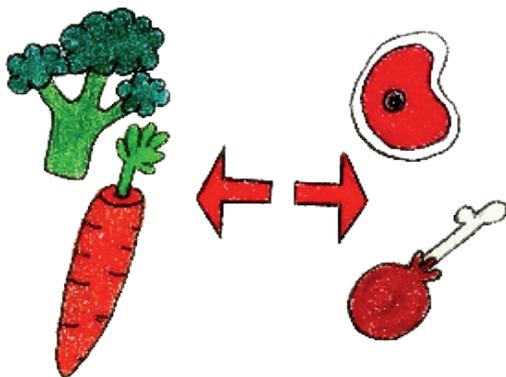
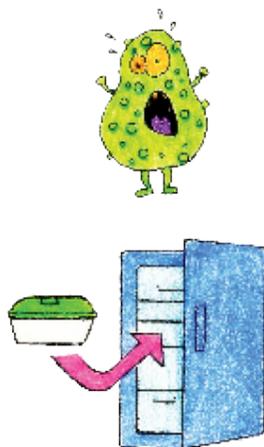


COMO EVITAR AS BACTÉRIAS?



- Lavar muito bem as mãos e os utensílios antes de manipular os alimentos, para remover as bactérias;
- Evitar congelar alimentos que já foram descongelados;
- Evitar comer carne malpassada;
- Evitar comer ovos crus e usá-los em receitas, como maionese caseira;
- Não comprar alimentos quando não se sabe a sua procedência e quando não se sabe por quanto tempo aquele alimento ficou fora de refrigeração;

- Não comprar alimentos que não tenham prazo de validade no rótulo;
- Os alimentos cozidos não devem permanecer à temperatura ambiente por muito tempo, pois isso irá favorecer a multiplicação dos micro-organismos. Armazene as sobras de alimentos cozidos sempre em potes pequenos na geladeira, para garantir seu resfriamento integral;
- Evite misturar os alimentos crus com os já cozidos.





CUIDADOS NA HORA DA COMPRA



Com que alimentos devo ter mais cuidado na hora da compra?

Alimentos de origem animal: carne, leite e derivados, ovos e mel.

O que devo cuidar no alimento antes da compra?

Verificar sempre a data de validade e o selo do órgão responsável pela inspeção.



O que é o selo de inspeção que vem nos produtos?

O selo é um atestado que garante a qualidade dos produtos de origem animal e comprova que o produto passou pelas diversas etapas de fiscalização e inspeção.

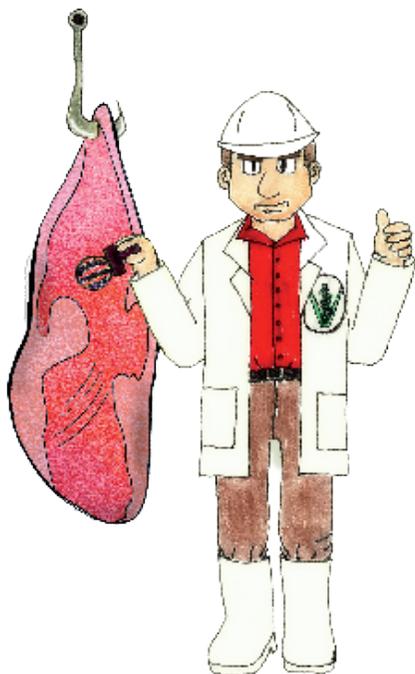
Selos presentes nos alimentos inspecionados:



Figura 1:

Selos do SIF (Serviço de Inspeção Federal), da CISPOA (Coordenadoria de Inspeção de Produtos de Origem Animal) e do SIM (Serviço de Inspeção Municipal).

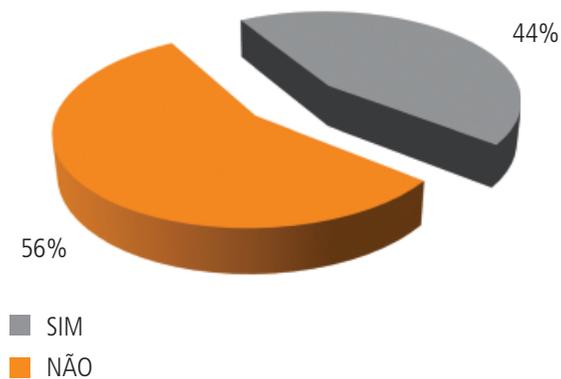
De acordo com a lei, é obrigatório que alimentos de origem animal possuam um selo, certificando que o alimento está aprovado para o consumo humano. O responsável por esse processo é o médico veterinário.



Você sabia que o médico veterinário é o responsável pela inspeção dos produtos alimentícios de origem animal?

Gráfico 8:

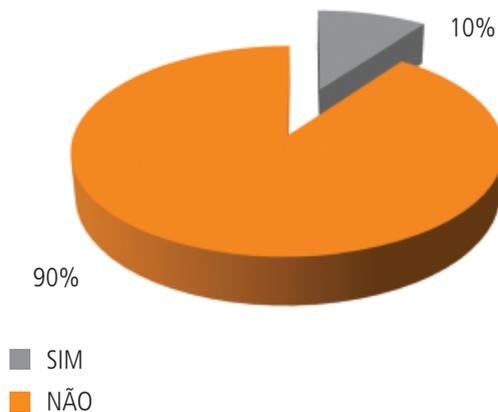
Representação gráfica das respostas obtidas nas 225 entrevistas realizadas nos anos de 2012 e 2013 no Reassentamento Urbano Porto Novo, zona norte de Porto Alegre/RS.



Você compra carnes e derivados de animais vendidos por ambulantes?

Gráfico 9:

Representação gráfica das respostas obtidas nas 225 entrevistas realizadas nos anos de 2012 e 2013 no Reassentamento Urbano Porto Novo, zona norte de Porto Alegre/RS.





Para evitar a contaminação dos alimentos, é necessária, antes de tudo, a higiene pessoal. É preciso também lavar as mãos corretamente antes da preparação dos alimentos.



1-Palmas das mãos



2-Dorso das mãos



3-Espaço entre os dedos



4-Dedo polegar



5-Articulações



6-Unhas e extremidades dos dedos



7-Punhos

Quando devo lavar as mãos?

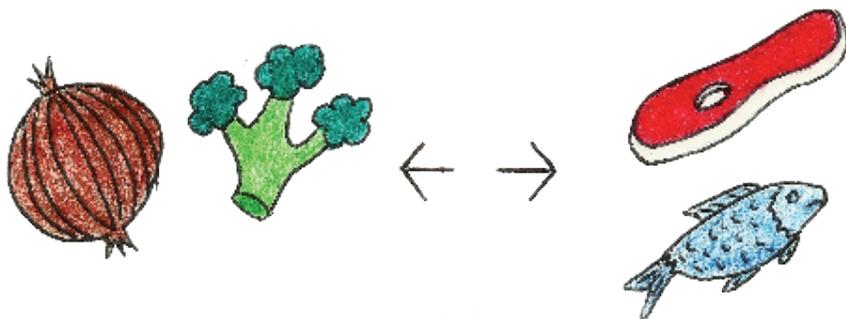
Sempre que trocar de tarefa é fundamental lavar as mãos. Por exemplo, após manusear alimentos crus ou louça suja, usar o banheiro, remover lixo, comer ou fumar.

Importante: prender os cabelos, não espirrar, tossir ou fumar sobre os alimentos e nunca manipular alimentos com ferimentos expostos.

Na manipulação dos alimentos, deve-se ter na cozinha uma tábua para cada tipo de alimento, evitando assim a contaminação cruzada entre alimentos de origem animal e vegetal. Também se deve observar a existência de fissuras na tábua de cortar alimentos, pois, nestas reentrâncias provocadas pela faca, pode ocorrer o acúmulo de restos de alimentos, o que favorece a proliferação de bactérias. Por isso é preciso ter muito cuidado na limpeza desses utensílios.



HIGIENIZANDO E ARMAZENANDO OS ALIMENTOS



Não misture alimentos crus
com alimentos cozidos

Ovos

Os ovos devem ser armazenados na parte interna da geladeira, e não na porta. É importante lavar os ovos que estiverem sujos de fezes com esponja e detergente, secá-los e usá-los imediatamente.

Carnes

Carnes cruas ou cozidas devem ficar sempre no refrigerador. Não congelar novamente carnes que já foram descongeladas. Em média, carnes cozidas armazenadas no congelador duram até 3 meses e carnes cruas até 6 meses.

Frutas

Para armazenar as frutas na geladeira, é importante lavar a casca com esponja e detergente e, após secá-las, enrolá-las em um papel filme para prolongar sua validade.



1 colher de água sanitária
para 1 litro de água corrente
15 minutos

Verduras

Lavar as verduras com água corrente, e depois colocá-las de molho em 1 litro de água para 1 colher de sopa de água sanitária por 15 minutos. Escorrê-las e colocá-las em um saco plástico limpo e seco e armazenar na gaveta mais baixa da geladeira.

Leite

O leite de saquinho (pasteurizado) deve ser mantido sob refrigeração o tempo inteiro. O leite de caixinha (UHT), somente após aberto.

Queijos e derivados

Preservar as etiquetas de validade dos queijos e derivados. Esses devem ser armazenados no compartimento mais frio da geladeira. Quando armazenados no freezer, duram até 2 meses.



Como organizar a geladeira?

1

Freezer

Aqui podemos armazenar os alimentos por mais tempo. Os produtos devem estar em embalagens ou sacos plásticos bem fechados para não entrar ar contaminado. Podemos guardar tanto comidas prontas quanto cruas, sejam carnes, vegetais congelados, sorvetes, etc.

2

Gaveta superior

Queijos, massa de pastel, discos de pizza, carnes cruas.

3

Prateleira superior

logurte, leite, maionese, requeijão.

4

Prateleira intermediária

Bolos, pudins, alimentos cozidos que serão utilizados em breve.

5

Prateleira inferior

Frutas e doces que não levem leite.

6

Gaveta inferior

Legumes e verduras.

Porta

Sucos, refrigerantes, molhos e condimentos.
Ovos devem ficar em uma prateleira, e não na porta.

7





ALGUMAS DOENÇAS PARASITÁRIAS QUE PODEMOS ADQUIRIR ATRAVÉS DOS ALIMENTOS

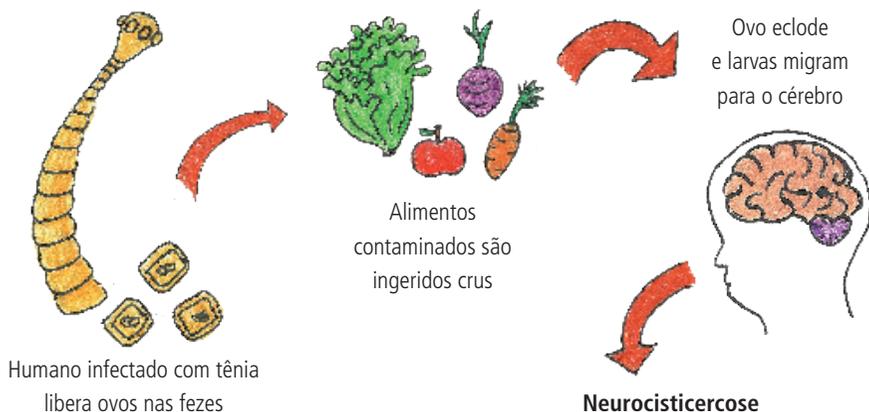
Teníase ou solitária

É uma doença parasitária originada a partir da ingestão de carnes sem fiscalização ou inspeção. Pode ocorrer a presença de cisticercos de tênia (“pipoquinha”) na carne crua ou malcozida de suínos ou bovinos que foram criados sem cuidados sanitários. A teníase pode acarretar dor abdominal e outras manifestações gastrointestinais.

Cisticercose

Pode ser contraída pela ingestão direta de ovos de tênia, que podem estar presentes em alimentos contaminados com fezes de origem humana (principalmente verduras cruas), ou por autoinfecção, através de mãos e roupas contaminadas com as

próprias fezes. Quando o cisticerco aloja-se no cérebro, ocorre a *neurocisticercose*, que é a forma mais grave da doença.



Toxoplasmose ou “doença do gato”

É uma doença causada pelo protozoário *Toxoplasma gondii*. Uma das fases do desenvolvimento do parasita ocorre nos gatos e outra nos humanos. A infecção humana ocorre principalmente através de carnes malpassadas e verduras cruas contaminadas por fezes de felinos. É importante destacar que esta doença, quando contraída durante a gestação, pode ser transmitida ao bebê. Por isso é essencial que ela seja investigada nos exames pré-natais.





Que alimentos têm maior chance de transmitir doenças?

Os alimentos de maior risco são principalmente os de origem animal e devem ser refrigerados. São, por exemplo, carnes, ovos, pescados, leite e seus derivados. Os riscos são maiores nestes alimentos quando estão crus.

Em geral, os alimentos de menor risco são os alimentos secos, como: pães, grãos e farinhas. Quando crus, não necessitam de refrigeração; porém, devem ser protegidos da umidade para não desenvolverem fungos no seu armazenamento. Após o cozimento destes alimentos, a refrigeração torna-se necessária.

Por que não comprar alimentos de vendedores ambulantes?

Imagine que esse alimento pode ter vindo de qualquer tipo de criação, ou mesmo ter sido vendido como sendo a carne de um animal, sendo, na realidade, de outro. Também não se sabe se esse alimento foi preparado com higiene, nem mesmo se está na validade ou se foi mantido em temperaturas adequadas para a sua conservação. Alimentos clandestinos não têm carimbo de inspeção que garanta sua qualidade.

Alimentos prejudiciais à saúde são somente aqueles que apresentam mau cheiro e aspecto desagradável?

Não. Alimentos com aspecto agradável também podem causar problemas à saúde, se estiverem contaminados por micro-organismos ou parasitas que causam doenças. Esse é o maior perigo, pois, algumas vezes, o odor, o aspecto e o sabor não estão alterados no alimento contaminado.

Carne malpassada pode causar toxinfecção alimentar?

Sim. Por não ter passado por um completo cozimento, ela ainda pode apresentar micro-organismos ou parasitas causadores de doenças.

Por que manter os alimentos sob refrigeração (na geladeira)?

Em temperaturas baixas, a maioria dos micro-organismos não se desenvolve.

Quem é o responsável pela inspeção de alimentos de origem animal?

É o Médico Veterinário. Ele trabalha como técnico responsável nas indústrias (frigoríficos, indústrias de leite, no processamento de peixes e similares, na produção de ovos...) para garantir que doenças dos animais não passem para as pessoas. Ele também cuida da higiene desses locais.

A carne sem inspeção é o único alimento de origem animal que pode causar toxinfecção alimentar?

Não. Assim como a carne crua pode causar doenças, o leite cru também pode apresentar micro-organismos causadores de doenças. Nos dois casos, é necessário um tratamento térmico (cozimento).

Quais as diferenças entre leite de “saquinho” e de “caixinha”?

As principais diferenças entre eles são o tempo e a temperatura de pasteurização, bem como o tipo de embalagem. Essas diferenças permitem que o prazo de validade do leite de caixinha seja maior e que seja possível conservar este leite fora da geladeira antes de aberto. Já o leite de saquinho tem um prazo de validade muito curto (alguns dias apenas) e deve ser mantido sempre em baixas temperaturas (na geladeira).

O leite desnatado leva água?

A adição de água é terminantemente proibida. Esse leite apenas tem parte da gordura retirada.



Este trabalho de extensão foi bem aceito pelos moradores do Reassentamento Porto Novo, que se mostraram receptivos e dispostos a receber a equipe em suas casas. A comunidade do Porto Novo proporcionou ao grupo uma rica experiência ao compartilhar seus hábitos e costumes quanto à escolha, ao preparo e à manipulação dos alimentos consumidos nos seus lares.

A equipe da universidade teve a oportunidade de conversar sobre a prevenção e os cuidados para evitar as doenças transmitidas por alimentos. Com base em orientações técnicas, o grupo passou informações sobre o que são doenças transmitidas por alimentos, como evitar a multiplicação dos micro-organismos, cuidados gerais na hora da compra, na higiene pessoal e dos alimentos, além de cuidados no armazenamento correto dos alimentos. A troca de saberes que ocorreu nesta ação de extensão

e pesquisa trouxe conhecimento e boas experiências tanto para a equipe quanto para a comunidade, objetivando a promoção da saúde de todos.





Agradecemos às pessoas e às instituições que colaboraram para a realização deste material educativo, em especial:

- À Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS);
- À Pró-Reitoria de Extensão (PROEXT) pelas bolsas de extensão dos alunos, viabilizando a realização deste projeto de extensão;
- À equipe de educação ambiental do Departamento Municipal de Habitação (DMHAB);
- À equipe do projeto social da construtora Dan Herbert, em especial à assistente social Jaqueline Costa de Jesus;
- Às famílias do Conjunto Habitacional Porto Novo, que nos acolheram com muito carinho.



Alimento perecível: é aquele que tem alta quantidade de água e nutrientes indispensáveis para o desenvolvimento de micro-organismos. Precisa de refrigeração ou congelamento para ter uma vida útil longa.

Micro-organismos: podem ser bactérias, vírus ou fungos que não conseguimos ver a olho nu, mas que podem se multiplicar no alimento. Eles podem apenas estragar o alimento ou ainda transmitir doenças. Deixar o alimento fora da geladeira e não ter hábitos corretos de higiene ao tocar os alimentos são atitudes que podem facilitar seu desenvolvimento.

Parasitas: são organismos que se aproveitam de outro ser vivo (hospedeiro) para sobreviver. Eles podem chegar ao nosso corpo (intestino, fígado, coração, cérebro) através de verduras mal lavadas ou carne sem inspeção e malcozida.

Toxinfecção alimentar: também chamada de “Doença Transmitida por Alimento (DTA)”, é contraída através do consumo de alimento contaminado com micro-organismos ou parasitas.



BANCO DE ALIMENTOS DA PREFEITURA DE SÃO PAULO. *Manual de higiene e boas práticas Banco de Alimentos da Cidade de São Paulo*. Disponível em: <http://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/trabalho/abastecimento/manual%20de%20boas%20praticas1%20_2_.pdf>. Acesso em: out. 2014.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. *Guia de Alimentos e Vigilância Sanitária*. Disponível em: <http://www.anvisa.gov.br/alimentos/guia_alimentos_vigilancia_sanitaria.pdf>. Acesso em: maio 2014.

GERMANO, P. M.; GERMANO, M. I. *Higiene e vigilância sanitária de alimentos*. 4. ed. São Paulo: Manole, 2011. 1088 p.

MESQUITA, O. M.; JANTZEN, M. M.; SCHONS, M. S.; TREVILATO, G. Atuação discente em ações de educação ambiental e vigilância sanitária em comunidade urbana reassentada. *Revista da Extensão*, Porto Alegre, v. 6, p. 59-64, 2013.

SILVA JÚNIOR, E. A. *Manual de controle higiênico-sanitário em alimentos*. 6. ed. São Paulo: Varela, 2005.

SOARES, A. G.; OLIVEIRA, A. G. M.; FONSECA, M. J. O.; FREIRE, M. *Boas práticas de manipulação em bancos de alimentos*. Disponível em: <http://mds.gov.br/backup/programas/seguranca-alimentar-e-nutricional-san/banco-de-alimentos/doc_74_-_boas_praticas_de_manipulacao_em_bancos_de_alimentos.pdf>. Acesso em: out. 2014.

O corpo do texto deste livro foi composto em Frutiger,
fonte desenvolvida por Adrian Frutiger (1975).
Os títulos foram compostos em Amazing Grotesk, fonte desenvolvida
por Cosimo Lorenzo Pancini e publicada pela Zetafonts (2013).
O papel usado na capa é o Couché Fosco 240 g/m² com acabamento
plastificado fosco, e o papel usado no miolo é o Couché Fosco 150 g/m².



Editoração e impressão:

GRÁFICA DA UFRGS
Rua Ramiro Barcelos, 2500
Porto Alegre/RS
(51) 3308 5083
grafica@ufrgs.br
www.ufrgs.br/graficaufrgs

2015 - Realização: Núcleo de Criação, Editoração,
Revisão e Web da Gráfica da UFRGS