

Igiena personală

Igiena personală cuprinde trei lucruri, strict legate una de cealaltă:

1. menținerea curată a corpului angajatului,
2. deținerea și menținerea curată a hainelor de lucru și de protecție,
3. comportamentul corespunzător al personalului.

Menținerea igienei corporale a personalului

Pe lângă igiena generală a corpului o cerință elementară este menținerea curată a mâinilor.

Când vorbim despre acest subiect, pe departe nu este vorba doar de o spălare cu apă și detergenți. Un criteriu elementar este menținerea curată a mâinilor angajaților.

Unghiile vor fi tăiate scurt, iar în timpul efectuării activității este interzis ca acestea să fie vopsite (contaminările de sub unghii sunt greu de observat și reprezintă un risc suplimentar).

În timpul tăierii unghiilor se acordă atenție pentru evitarea rănilor, la tăierea pielii de lângă unghii.

Se va avea grijă ca pielea să nu fie dehidratată, fisurată, deoarece aceasta poate fi un loc excelent pentru dezvoltarea bacteriilor. Aceasta va putea fi evitată prin folosirea unor concentrații optime de substanțe de dezinfectie, sau prin folosirea de creme pentru hidratarea pielii de fiecare dată după terminarea unui ciclu de dezinfectie.

Spălarea pe mâini se face de fiecare dată, după o anumită activitate, prin dezinfectarea acestora, deoarece bacteriile de pe mâini nu pot fi îndepărtate în întregime, ele acumulându-se cu fiecare activitate.

Se vor spăla pe mâini în următoarele cazuri: înainte de începerea activității, în timpul efectuării a diferitelor tipuri de activități, după folosirea toaletei, după suflarea nasului, respectiv după fiecare activitate în urma căreia s-au murdărit mâinile.

În timpul spălării mâinilor prima dată vom îndepărta impurităților grosiere prin intermediul unei clătiri cu apă caldă.

După aceasta este recomandat ca operația să se facă combinat prin intermediul soluțiilor de dezinfectie – îndepărtare a grăsimilor. Aceste soluții vor fi folosite fără nici un fel de diluare. În timpul utilizării se va ține cont de instrucțiunile de utilizare cu referire la câtă soluție, respectiv cât timp va trebui aplicat pentru o spălare eficientă.

În lipsa adăugării cantității suficiente de soluție, respectiv nerespectarea timpului necesar efectuării spălării, gradul de eficiență a soluției și implicit al operației scade. Cantitatea necesară în general înseamnă 5 ml sau o linguriță de substanță. Timpul de aplicare – menținere variază în funcție de tipul de soluție folosită, în cazul unor soluții mai performante acesta poate fi de jumătate sau un minut, iar în cazul soluțiilor mai puțin performante – eficiente timpul de spălare va fi mai mult.

În timpul de spălare se vor curăța energic suprafețele mâinilor și a unghiilor, se poate folosi și periuța de unghii. După aceasta se va clăti cu apă caldă.

Uscarea mâinilor se va realiza cu șervețele de unică folosință sau cu aparate de uscare.

În timpul efectuării operației de spălare se va avea grijă să nu contaminăm cu mâinile nespălate suprafețele care deja au fost igienizate corespunzător. Pentru evitarea acestui inconvenient este recomandată instalarea unor robinete care pot fi manipulate și cu cotul, precum și amplasarea unor dozatoare de soluții de dezinfectare automatizate.

Haine de lucru și protecție

Un alt criteriu de bază al igienei personale este asigurarea, aplicarea și menținerea curată a hainelor de lucru și protecție.

Folosirea hainelor de protecție este de a proteja sănătatea personalului în timpul activităților de lucru, proceselor tehnologice, precum și a riscurilor tehnologice. Un exemplu în acest sens reprezintă mănușile de unică folosință, etc. Asigurarea acestora este prevăzută în regulamentul pentru protecția muncii.

Hainele de protecția alimentelor pot fi considerate cămășile albe, pantaloni, halate albe sau albastre și bonete.

Spălarea hainelor de lucru se va realiza în incinta unității (în cazul în care există condițiile necesare efectuării acestui lucru) sau această activitate va fi realizată de către o firmă competentă în acest sens.

Prin intermediul acestui capitol se va face referire la aplicarea diferitelor tipuri, colorații pentru haine, în funcție de scopul și activitatea de muncă (pentru curățire, personalul va purta halate de culoare albastră etc.), aceasta fiind o condiție pentru asigurarea acurateții igienei microbiologice.

În cazul în care nu ne stau la dispoziție dulapuri duble pentru împărțirea hainelor de lucru de cele personale, se va avea grijă ca ultimele să fie protejate prin folii.

Pentru persoanele de control, respectiv celor care vin în vizită se vor pune la dispoziție halate și haine de protecție corespunzătoare.

Comportamentul corespunzător al personalului

Comportamentul corespunzător al personalului, este un criteriu de bază pentru asigurarea unor alimente curate și de calitate.

În vederea excluderii producerii de îmbolnăviri prin intermediul alimentelor, comportamentul corespunzător al personalului este un aspect determinant.

În cazuri concrete, sub comportamentul corespunzător al personalului înțelegem următoarele:

1. Orice activitate prestată se va realiza prin intermediul hainelor de lucru și de protecție (aici intră bonete, cărpe, mănuși etc.).

2. Vor fi evitate convorbirile în apropierea unor alimente deschise, neambalate, se va evita de asemenea tusea pe alimente, prin care alimentul poate fi contaminat cu milioane de bacterii.

3. În timpul manipulării alimentelor nu este permisă atingerea nasului, gurii, urechilor sau a părului, sau se admite o spălare pe mâini.

4. În unitatea alimentară se va lua masa doar în zonele special amenajate pentru acest scop (nu se admite ca exemplu mâncarea de bomboane în timpul efectuării unor operații etc.), la fel și cu fumatul. În timpul efectuării activității nu se admite ca personalul să mestece gumă.

5. În unitate nu se admite introducerea și păstarea în incinta acesteia de materiale străine. Aceasta este valabil și pentru animale!

6. În timpul efectuării operațiilor tehnologice este interzisă deținerea, purtarea de inele, lanțuri, cercei, unghii vopsite cu lac etc.

Într-un termen mai larg obligațiile angajatului cuprind toate acele activități și precauții care trebuie să fie respectate în vederea supunerii regulilor tehnologice, igienico – medicale, precum și altor principii de bună desfășurare a activității.

Putem pretinde un comportament exemplar doar de la angajatul care deține o educație și cunoștințe corespunzătoare.

Pentru cei care lucrează în distribuirea alimentelor – excepție fiind cei care sunt specializați în domeniu – este obligatoriu ca în prima lună de la începerea activității să se facă un examen de cunoștințe minime legate de sănătatea publică, igiena alimentelor, menținerea calității alimentelor și protecția împotriva mediului. Din 5 în 5 ani este obligatorie o specializare suplimentară. Specializarea din 5 în 5 ani este valabilă și pentru angajații specializați.

Conducătorii unității de distribuție a alimentelor vor fi și ei obligați ca din 3 în 3 ani să participe la cursuri de înalt nivel.

Angajații însărcinați cu efectuarea curățeniei vor primi și ei informații corespunzătoare, indispensabile.