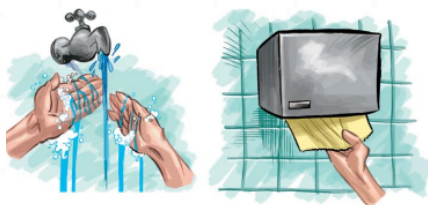


# HIGIENE DO MANIPULADOR

## Lavagem de mãos



Molhe as mãos com água; Aplique sabonete e ensaboe as palmas das mãos. Esfregue as palmas, entrelace os dedos, esfregue o polegar, friccione as unhas fazendo movimentos circulares.



Enxague bem com água, seque com papel toalha e finalize passando álcool em gel.



## O que fazer

- Tomar banho todos os dias.
- Unhas limpas, curtas e sem esmalte.
- Usar desodorante sem perfume.
- Manter roupas e uniformes limpos.
- Usar sempre sapatos fechados e limpos.
- Manter os cabelos limpos e protegidos com touca ou boné.



## O que **não** fazer

- Não utilizar maquiagem ou esmalte no ambiente de trabalho.
- Não usar adornos (anéis, colares, relógio).
- Não fumar, assobiar, espirrar, tossir, comer perto dos alimentos.
- Não lamber os dedos, comer ou provar os alimentos com as mãos.
- Não utilizar celular ou mexer em dinheiro ao manipular os alimentos.

