



## Boletim Informativo dos SSAP n.º 5/2015

### Conteúdo desta edição

- [Controlo de qualidade \[interno e externo\] no fornecimento de refeições](#)
- [Protocolos para fornecimento de refeições](#)
- [Como são analisadas as ementas](#)
- [O circuito \*marcha-em-frente\*](#)
- [Requalificação dos refeitórios](#)
- [Dinamização dos refeitórios à hora de almoço](#)
- [Boas práticas para uma alimentação segura](#)
- [Ambiente: poupança de água e energia nos refeitórios](#)
- [Outros assuntos de interesse](#)

### Editorial

Caros(as) beneficiários(as),

A presente edição incide exclusivamente sobre a área da gestão do fornecimento de refeições, que se reveste de importância acrescida considerando o impacto diário que representa na vida de um número significativo de beneficiários dos SSAP.

Esta atividade é desenvolvida através da gestão de refeitórios sob administração direta destes Serviços - 28 - e de outras unidades de restauração, estas no âmbito de protocolos de cooperação celebrados com entidades públicas e privadas – 74.

Desta forma, para além da garantia e melhoria da qualidade do serviço que se tem vindo a prestar, constitui nossa preocupação primordial estender o acesso a esta prestação a beneficiários residentes fora das localidades já cobertas, o que exige um trabalho quotidiano de concertação e conjugação de esforços de diversos setores destes Serviços.

Serão aqui abordadas algumas das atividades desenvolvidas, que julgamos permitirão dar a conhecer alguns aspetos menos visíveis, bem como questões de interesse geral.

Humberto Meirinhos

Presidente dos SSAP

## O fornecimento de refeições como prestação complementar de proteção social

No âmbito da prossecução das atribuições dos SSAP, o fornecimento de refeições é uma das prestações de proteção social que integram o regime de ação social complementar, cujo desenvolvimento se reveste de grande importância para os trabalhadores.

Constituindo uma área com impacto alargado e continuado, por abranger beneficiários ativos e aposentados, bem como os respetivos agregados familiares, e por implicar uma oferta disponível em todos os dias úteis do ano, pretende-se que, para além de encarada como prestação social em sentido restrito, o fornecimento de refeições assuma um papel preponderante na melhoria das condições genéricas de trabalho dos beneficiários no ativo bem como na continuidade da prestação deste apoio àqueles que se aposentam.

Neste boletim, pretendemos dar a conhecer um pouco do trabalho desenvolvido nesta área.

### Controlo de qualidade [interno e externo] no fornecimento de refeições

A procura de um elevado nível de proteção da vida e da saúde humanas é um dos objetivos fundamentais da legislação alimentar. Neste sentido e enquadrado por uma preocupação de otimização da gestão da qualidade do serviço prestado nos refeitórios dos SSAP são efetuadas visitas técnicas de controlo alimentar com o objetivo de comprovar a conformidade da qualidade do fornecimento de refeições com as especificações legal e contratualmente fixadas.

Tendo por objetivo assegurar a inocuidade e a salubridade dos géneros alimentícios e atuar na prevenção das doenças de origem alimentar é efetuada uma avaliação das condições higio-sanitárias por entidade pública externa - Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge - concretizada em boletins analíticos que identificam as

causas possíveis de resultados não satisfatórios e subsequente proposta de implementação de melhorias. Paralelamente, são efetuadas por parte do fornecedor de refeições análises microbiológicas bimensais à palamenta, mãos e amostras preventivas. As amostras preventivas, retiradas diariamente de cada um dos pratos fornecidos nos refeitórios dos SSAP são amostras representativas de um conjunto de refeições. Em caso de suspeita da ocorrência de um surto de toxinfecção alimentar, a análise da amostra preventiva facilitará a identificação do agente patogénico responsável e a investigação da toxinfecção alimentar, assim como, auxiliará a identificação e aplicação de medidas que previnam ocorrências similares, no futuro.

A segurança alimentar é uma prioridade para os SSAP e tem por principal objetivo garantir a proteção do consumidor em matéria de segurança dos géneros alimentícios.

Integrada também neste âmbito está a aplicação de questionários, em maio e novembro, aos utilizadores dos refeitórios com a finalidade de aferir o grau de satisfação com o serviço prestado, cujo resultado aponta para uma melhoria generalizada da satisfação, com uma média ponderada em 2015 de 4,06, superior em 0,25, se comparada com o ano anterior.

## Protocolos para fornecimento de refeições

Com o objetivo de promover e alargar o âmbito geográfico da oferta disponibilizada aos seus beneficiários, os SSAP mantêm [protocolos](#) com diversas entidades que asseguram o serviço de fornecimento de refeições.

A preocupação em aumentar esta oferta tem sido permanente, concretizada na prospeção de entidades com que se possa vir a celebrar novos protocolos com incidência em localidades ainda não abrangidas.

Assim, atualmente a dispersão geográfica destes protocolos é a seguinte:



Destacamos os [protocolos celebrados em 2015](#)

## Como são analisadas as ementas

A elaboração de ementas é da responsabilidade da empresa responsável pelo fornecimento de refeições, que deve atender, no mínimo aos requisitos fixados no caderno de encargos do Acordo Quadro para fornecimento de refeições confeccionadas.

Aqui vêm fixadas as especificações técnicas dos produtos utilizados, bem como os níveis de serviço exigidos, pelo que importa que sejam cautelosamente analisadas todas as exigências que aí são feitas.

Paralelamente foram estabelecidos requisitos adicionais com vista à salvaguarda da variedade e diversidade da oferta disponibilizada.

Estamos, porém, na presença de um processo com várias fases, iniciado com a apresentação de proposta inicial de ementa mensal e terminado com a homologação da ementa final.

Após a receção da proposta de ementa, os SSAP analisam-na e verificam o cumprimento dos mencionados requisitos, designadamente quanto aos tipos de carnes, espécies de peixes e moluscos, métodos de confeção, guarnições, produtos hortícolas, sopas e apresentação dos pratos (desfiado, fracionado, bife, fatia, unidade, posta, lombos e filetes).

A par desta verificação são analisadas as fichas técnicas da ementa proposta.

Cada um dos pratos propostos é obrigatoriamente acompanhado de uma [ficha técnica e nutricional](#), que indica a composição da refeição e respetiva capitação da matéria-prima, preparação e métodos de confeção, alergénios e declaração nutricional por 100g (valor energético em KJ e Kcal, lípidos, hidratos de carbono, proteínas e sal).

Com base nesta análise os SSAP propõem as alterações consideradas pertinentes, que, em caso de acordo, são introduzidas na proposta de ementa, que está então em condições de ser homologada e publicitada.

Através da análise e sugestões de alteração da ementa proposta pelo fornecedor de refeições, os SSAP pretendem que os utilizadores dos seus refeitórios tenham a garantia de uma alimentação saudável e nutricionalmente adequada e equilibrada.

## O circuito *marcha-em-frente*

A requalificação dos refeitórios, que vem sendo desenvolvida pelos SSAP desde 2008, assenta na preocupação, para além de aspetos operacionais, com aspetos relacionados com a segurança alimentar.

Assim, na *zona técnica*, são diferenciadas as áreas de trabalho – *armazenagem, preparação, confeção e lavagem* -, com instalação dos equipamentos hoteleiros específicos, proporcionando o estabelecimento de circuitos das matérias-primas, dos produtos acabados, dos produtos não alimentares, do pessoal e dos resíduos.

Sempre que possível, o fluxo do produto segue o **circuito *marcha-em-frente***, que se inicia com a entrada das matérias-primas no refeitório e termina com o acondicionamento dos resíduos produzidos, passando pelo fornecimento da refeição, sem que nessa sequência ocorram contaminações cruzadas entre as diferentes operações.

Minora-se, assim, o risco de os alimentos se tornarem impróprios para consumo humano, perigosos para a saúde ou contaminados, ao que acresce criação de condições de acesso pelos trabalhadores, de temperatura e ventilação adequadas e que facilitem a realização das operações de higienização, evitando ou minimizando a entrada e crescimento de pragas.



Preparação peixe



Preparação tubérculos



Confeção



Lavagem de loiça

## Requalificação dos refeitórios

Tendo como objetivo primordial proporcionar uma melhoria significativa dos serviços prestados aos utentes, no decurso do corrente ano, procedeu-se à requalificação de mais dois refeitórios:

**Refº.16 – F.C.T. – Fundação Ciência e Tecnologia, IP**, sito na Av. D. Carlos I, 126, em Lisboa



Refº.21- **Palácio Conde Penafiel**, sito na Travessa do Almada, 32, em Lisboa



### Equipamentos hoteleiros

Ainda no âmbito da melhoria das condições de higiene e segurança alimentares, os SSAP têm dado atenção à aquisição de novos equipamentos, com especial incidência de equipamentos produtores de frio e de máquinas de lavar loiça.

### Dinamização dos refeitórios à hora de almoço

Acompanhando o objetivo de tornar os refeitórios mais acolhedores e dinâmicos, têm sido desenvolvidas atividades de animação durante o período de almoço, salientando-se a atuação do Grupo dos Cavaquinhos dos SSAP



e do Grupo de Canto Coral dos SSAP



Neste âmbito tem, também, sido efetuada a divulgação de campanhas de alimentação saudável, nomeadamente:

- [Como transportar e conservar os alimentos a levar para a praia;](#)
- [Comemoração do dia mundial da alimentação- 16 de outubro](#) - assinalado com a disponibilização de opção por um prato vegetariano;

E, ainda, preparada a campanha [Conservação dos alimentos - como organizar o seu frigorífico](#), a divulgar brevemente.

E realizadas ações de sensibilização específicas como:

- [Comer bem é + barato](#)
- [Envelhecimento ativo e saudável](#)
- [Hipertensão](#)
- [Atividade física](#)
- [O que fazer quando alguém se engasga](#)

## Boas práticas para uma alimentação segura

Separe alimentos crus de alimentos cozinhados

Os alimentos crus e os alimentos confeccionados quando armazenados no frio ou preparados para as refeições ficam sujeitos a possíveis contaminações cruzadas.

As contaminações cruzadas acontecem na armazenagem ou na preparação quando existe transferência de microrganismos de um alimento cru para um alimento cozinhado.

As contaminações cruzadas são uma das fontes das toxinfecções alimentares nos consumidores.

Os alimentos crus, especialmente a carne, peixe e os seus líquidos, podem conter microrganismos perigosos que podem ser transferidos para outros alimentos, durante a sua preparação ou armazenagem.

Manter os alimentos crus separados dos alimentos cozinhados previne a transferência de microrganismos.

A utilização de facas e tábuas de corte separadas por códigos de cor para alimentos crus e cozinhados, são consideradas boas práticas alimentares e evitam possíveis contaminações cruzadas.

Assim sendo, para evitar contaminações cruzadas, os SSAP possuem esta sinalética de apoio, aos manipuladores dos alimentos, para uma correta utilização de facas e tábuas de corte nas zonas de preparação de refeições.



## Cinco chaves para uma alimentação mais segura

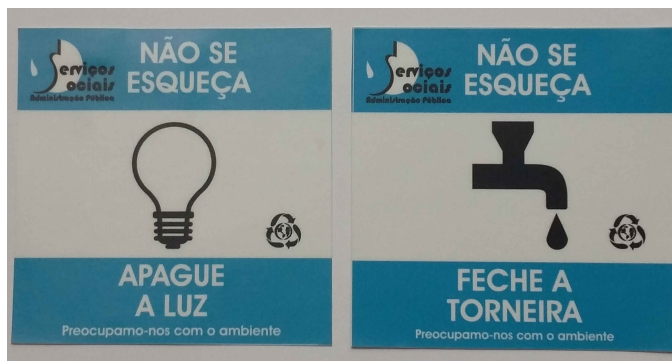
Para minimizar a ocorrência de doenças de origem alimentar é fundamental que os manipuladores de alimentos estejam sensibilizados para a sua responsabilidade na segurança alimentar.

A preparação higiénica dos alimentos pode prevenir a ocorrência da maioria destes casos.

A Organização Mundial de Saúde criou um *poster* intitulado **Cinco Chaves para uma Alimentação mais Segura**, com mensagens simples e fáceis de memorizar, traduzido em mais de 40 línguas.

## Ambiente: Poupança de água e energia

A preocupação com o ambiente encontra-se cada vez mais interiorizada na mente de todos nós. Os recursos naturais, para que se mantenham no futuro, devem ser geridos de forma controlada e inteligente para um desenvolvimento sustentável. A sustentabilidade visa preencher as necessidades atuais das pessoas sem comprometer o futuro das próximas gerações. Os nossos gestos diários são cada vez mais importantes na poupança de água e energia, com influência direta no nosso planeta. Os bens como a água e a energia não são inesgotáveis. Com o objetivo de consciencializar os manipuladores de alimentos para o consumo controlado da água e da luz, os SSAP possuem os seguintes autocolantes em zona específicas dos refeitórios:



## Outros assuntos de interesse

Se lhe despertar interesse, clique nos assuntos que se seguem e acederá a uma breve introdução:

[Rótulos Nutricionais](#)

[Aditivos alimentares](#)

[Toxinfecções alimentares - infeções e intoxicações](#)

[Como prevenir as principais doenças de origem alimentar](#)

### Ficha Técnica

**Direção:**

Humberto Meirinhos

**Coordenação e edição:** Dionísia Rosado, Margarida Paradinha e Rosário Miranda

**Suporte técnico:**

Centro de Informática

**Colaboram neste número:** Cláudia Coelho, Denise Bouçós, Elsa Ferreiro, Fernando Silva, João Romano, José Salgado, Luísa Paixão, Nuno Coimbra, Yolanda Prudente.

### Espaço Beneficiário

Este espaço é seu!

Participe nesta categoria, enviando o seu artigo, comentário ou sugestão de tema a desenvolver no BI dos SSAP para:

[espaco.beneficiario@ssap.gov.pt](mailto:espaco.beneficiario@ssap.gov.pt)