

A ASAE mantém-se **atenta**
e **disponível** para prestar
esclarecimentos adicionais
através dos seus **canais oficiais**.

**UMA AUTORIDADE,
UMA MISSÃO,
UM COMPROMISSO!**

Mais informação em www.asae.gov.pt



CALAMIDADE
CONSELHOS À POPULAÇÃO

**CUIDADOS
A TER COM OS
ALIMENTOS**



FALHA DE ENERGIA

→ No caso de falha de energia elétrica em casa:

- ◆ Mantenha as portas do frigorífico e congelador fechadas: Um frigorífico cheio mantém a temperatura até 4 horas; um congelador cheio, até 48 horas (24 horas se semipreenchido).

RETORNO DE ENERGIA

→ Após o retorno da energia, avalie os alimentos:

- ◆ Descarte alimentos perecíveis (carne, peixe, laticínios, ovos, alimentos prontos para consumo ou sobras) que tenham estado acima de 4°C por mais de 2 horas, ou que apresentem odor, cor ou textura anormais.
- ◆ Alimentos totalmente descongelados ou alimentos perecíveis parcialmente descongelados (carne, peixe ou pratos prontos para consumo), não podem ser recongelados, devem ser avaliados relativamente ao seu cheiro e cor.
- ◆ Caso não apresentem indícios de alteração (ex. maus cheiros ou alteração de cor) devem ser utilizados o mais rápido possível, caso haja suspeitas de alteração, devem ser descartados.

CONTAMINAÇÃO DA ÁGUA

→ No caso de suspeita de contaminação da água da rede

- ◆ Utilize água engarrafada para beber, preparar alimentos, lavar frutas/legumes e higiene oral.
- ◆ Se não tiver alternativa, ferva a água vigorosamente, durante pelo menos 1 minuto, antes de usar.

CONTACTO COM ÁGUA DAS CHEIAS

→ Alimentos que estiveram em contacto com águas das cheias:

- ◆ Descarte todos os alimentos (incluindo enlatados e embalados) que tenham sido molhados ou salpicados por águas de inundação.
- ◆ Limpe e desinfete latas e embalagens herméticas, que estejam intactas, antes de abrir.

PREPARAÇÃO SEGURA DE ALIMENTOS

- ◆ Cozinhe bem os alimentos, evitando consumir produtos crus ou mal cozinhados.
- ◆ Separe alimentos crus de cozinhados para evitar contaminação cruzada.
- ◆ Lave as mãos frequentemente com água segura e sabão.

”

A segurança dos alimentos é uma responsabilidade partilhada. Ajude-nos a proteger a saúde pública.

