



Instituto Politécnico de Castelo Branco  
Escola Superior Agrária

**Relatório de Estágio**

**Promoção Contínua de Sistemas de Segurança  
Alimentar**

**Fátima Maria Gouveia Teixeira**  
Nutrição Humana e Qualidade Alimentar

Orientador na ESACB: Prof.ª Maria de Fátima Pratas Peres  
Orientador na ControlVet Madeira: Eng. Roberto Gonçalves Chá-Chá

Castelo Branco, Setembro de 2010

## AGRADECIMENTOS

---

Este espaço é dedicado aqueles que deram a sua contribuição para que este trabalho fosse realizado com sucesso. A todos eles deixo aqui o meu sincero agradecimento.

Gostaria de agradecer ao Engenheiro Roberto Gonçalves Chá-Chá pela disponibilidade e contribuição para o bom funcionamento do meu estágio.

Agradeço ainda à Professora Fátima Peres a disponibilidade que demonstrou para orientar o meu trabalho e pelas suas pertinentes sugestões.

De igual modo agradeço a forma como fui acolhida na ControlVet Madeira por toda a equipa que lá trabalha.

## RESUMO

---

O presente trabalho teve como principal objectivo a implementação de um Sistema de Segurança Alimentar (SSA) em restauração, no âmbito da promoção contínua dos SSA promovido pela empresa ControlVet, empresa de consultoria na área alimentar.

As actividades de acompanhamento do trabalho que é desenvolvido na ControlVet Madeira culminaram na implementação no restaurante “X” de um SSA que foi conduzido até o terceiro mês do contrato. A partir do quarto mês será documentado a forma como decorrerá todo o processo até ao fim do contrato.

Um outro objectivo da empresa, iniciado com o presente trabalho, foi a análise nutricional e dietética das fichas técnicas das refeições do restaurante “Y”. Nessa análise os pontos abordados foram os seguintes:

- Alergénicos alimentares;
- Doenças que de alguma forma, estes menus, possam provocar efeitos adversos;
- Quantidade de energia que cada pessoa ingere ao consumir estes pratos.

## ABSTRACT

---

This work had as main objective the implementation of a Food Safety System (SSA) in catering, in the continued promotion of SSA ControlVet promoted by the company, a consulting firm in the food business.

The monitoring activities of the work that is done in ControlVet Madeira culminated in implementing the restaurant "X" of a SSA which was conducted until the third month of the contract. From the fourth month is documented how the whole process will run until the end of the contract.

Another objective of the company, started with this work was the analysis of nutritional and dietary datasheets for restaurant meals "Y". In this analysis the points discussed were:

- Food allergens;
- Diseases that somehow these menus, can cause adverse effects;
- Amount of energy that each person takes to consume the dishes.

## GLOSSÁRIO

---

**ASAE** – Autoridade de Segurança Alimentar e Económica

**APCER** – Associação Portuguesa de Certificação

**BPHF** – Boas Práticas de Higiene e Fabrico

**CAC/RCP1** – Código de Práticas Internacionais Recomendadas. Princípios Gerais de Higiene Alimentar

**CVT** – ControlVet

**DMM** – Dispositivos de Medição e Monitorização

**EAR** – Estimated Average Requirements

**FAO** – Food and Agriculture Organization of the United Nations

**FSA** – Food Standards Agency

**HACCP** – Hazard Analysis and Critical Control Point

**HSA** – Actividade Higio-Sanitária

**INSA** – Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge

**Kcal** – Quilocaloria

**NACMF** – National Advisory Committee on Microbiological Criteria for Foods

**PCC** – Pontos Críticos de Controlo

**PPR** – Programa de Pré-requisitos

**SSA** – Sistema de Segurança Alimentar

**WHO** – World Health Organization

# ÍNDICE

---

---

<b>1. INTRODUÇÃO .....</b>	<b>1</b>
<b>2. SISTEMA DE SEGURANÇA ALIMENTAR EM RESTAURAÇÃO .....</b>	<b>2</b>
2.1. HACCP – HAZARD ANALYSIS AND CRITICAL CONTROL POINTS.....	3
<i>Metodologia dos 4C's – Cross-Contamination, Cleaning, Chilling, Cooking.....</i>	<i>4</i>
2.2. CODEX ALIMENTARIUS (CAC/RCP 1-1969, REV. 4-2003) .....	6
2.3. ERS 3002 – QUALIDADE E SEGURANÇA ALIMENTAR EM RESTAURAÇÃO .....	7
2.4. ISO 22000:2005 – SISTEMAS DE GESTÃO DE SEGURANÇA ALIMENTAR.....	8
<b>3. AVALIAÇÃO NUTRICIONAL E DIETÉTICA.....</b>	<b>9</b>
3.1. INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES.....	10
3.1.1. <i>Alergêneos Alimentares.....</i>	<i>10</i>
3.1.2. <i>Doença Celíaca .....</i>	<i>11</i>
3.1.3. <i>Diabetes.....</i>	<i>12</i>
3.2. BALANÇO ENERGÉTICO .....	14
<b>4. ORGANIZAÇÃO DO SISTEMA DE SEGURANÇA ALIMENTAR NA CONTROLVET .....</b>	<b>15</b>
4.1. CONTROLVET.....	15
4.2. HACCP.....	16
4.2.1. <i>Programa de Pré-requisitos (PPR) .....</i>	<i>16</i>
Lista de Verificação .....	18
4.2.2. <i>Auditorias .....</i>	<i>19</i>
Tipos de auditorias.....	19
4.2.3. <i>Formação.....</i>	<i>20</i>
<b>5. CASO PRÁTICO .....</b>	<b>22</b>
5.1. IMPLEMENTAÇÃO DO SISTEMA DE SEGURANÇA ALIMENTAR NO RESTAURANTE “X” .....	28
<i>Etapas Finais de Implementação do Sistema de Segurança Alimentar.....</i>	<i>27</i>
5.2. ANÁLISE DE MENUS.....	30
<i>Propostas para os Menus.....</i>	<i>33</i>
<b>6. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>34</b>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>36</b>

## ÍNDICE DE FIGURAS

---

---

Figura 1: Responsabilidades de Gestão.....	2
Figura 2: Elementos utilizados na elaboração dos requisitos para um sistema de gestão de segurança.....	8
Figura 3: Balanço de uma Boa Saúde.....	9
Figura 4: Estimativa do número de adultos com diabetes.....	14
Figura 5: Balanço energético .....	14
Figura 6: Serviços prestados pela ControlVet Madeira .....	15

## ÍNDICE DE TABELAS

---

---

Tabela 1: Perigos Nutricionais assinalados pela ASAE.....	9
Tabela 2: Princípios de uma dieta para doentes celíacos .....	12
Tabela 3: Prevalência da diabetes referentes a cada continente.....	13
Tabela 4: Prevalência e estimativa da diabetes em alguns países da Europa.....	13
Tabela 5: Programa de pré-requisitos da ControlVet.....	17
Tabela 6: Regras para produção de alimentos seguros .....	21
Tabela 7: Menu de Quarta-Feira .....	30
Tabela 8: Menu de Quinta-Feira .....	31
Tabela 9: Menu de Sexta-Feira .....	31
Tabela 10: Menu de Sábado.....	32