

# Cinco Chaves para o cultivo de frutos e produtos hortícolas seguros

Promoção da saúde pela diminuição da contaminação microbiológica

## Pratique uma boa higiene pessoal

- ◆ Lave e seque as mãos com uma toalha limpa e seca após usar a casa de banho, trocar fraldas de uma criança e contactar com animais
- ◆ Troque de roupa e tome banho regularmente
- ◆ Cubra os cortes, lesões e feridas
- ◆ Use a casa de banho ou a latrina (esgoto, sanita, retrete) para urinar e defecar

### Porquê?

Os microrganismos perigosos são encontrados em resíduos fecais humanos e de animais e em feridas infectadas podem ser transferidos para os frutos e produtos hortícolas pelas mãos, roupas e outras superfícies. As boas práticas de higiene pessoal ajudam a prevenir a transferência de microrganismos perigosos para os frutos e produtos hortícolas e a reduzir o risco de doenças de origem alimentar.

## Proteja os campos da contaminação fecal de animais

- ◆ Evite que os animais vagueiem pelos campos de cultivo
- ◆ Os estábulos dos animais devem estar separados dos campos de cultivo, em áreas vedadas
- ◆ Remova o lixo dos campos de cultivo e, também, à sua volta

### Porquê?

Os microrganismos perigosos existentes nas fezes de animais podem contaminar diretamente as culturas quando o animal defeca nos campos ou indiretamente quando a água da chuva é contaminada com microrganismos perigosos e se dispersa ao longo dos campos de cultivo. O lixo, comida e água existentes nos campos de cultivo e à sua volta atraem animais, incluindo as aves selvagens.

## Use resíduos fecais tratados

- ◆ Use resíduos fecais (estrupe e excrementos humanos) que sofreram um tratamento adequado
- ◆ Aplique resíduos fecais tratados nos campos antes da sementeira/plantação
- ◆ Maximize o intervalo de tempo entre a aplicação dos resíduos fecais tratados e a colheita

### Porquê?

Os resíduos fecais (estrupe e excrementos humanos) tratados adequadamente são um fertilizante eficaz e seguro. Os microrganismos perigosos nos resíduos fecais humanos e animais podem sobreviver por longos períodos de tempo e contaminar frutos e produtos hortícolas. Os resíduos fecais devem ser tratados para eliminar os microrganismos.

## Avalie e faça a gestão dos riscos da água de rega

- ◆ Identifique todas as fontes de água relevantes para o seu campo de cultivo
- ◆ Esteja ciente do risco de contaminação microbiológica da água
- ◆ Proteja a água de uma possível contaminação fecal
- ◆ Aplique medidas de controlo quando usar água contaminada ou de qualidade desconhecida

### Porquê?

A água é necessária para os seres humanos, animais e para a agricultura. O risco de contaminação microbiológica de diferentes fontes de água varia. Os microrganismos perigosos em resíduos fecais podem contaminar a água e, em seguida, ser transferidos para o solo e para as culturas através da rega. A água utilizada para a rega das árvores de fruto e produtos hortícolas não deve introduzir microrganismos perigosos.

## Mantenha todos os equipamentos utilizados limpos e secos

- ◆ Lave com água limpa e seque sempre antes de usar os equipamentos de colheita e de armazenamento
- ◆ Mantenha os recipientes e/ou contentores fora do contacto com o chão
- ◆ Remova a sujidade visível e os detritos dos frutos e produtos hortícolas no campo
- ◆ Arrefeça rapidamente os alimentos colhidos
- ◆ Limite o acesso de animais, crianças e outros não-trabalhadores às áreas de colheita e de armazenamento

### Porquê?

Os frutos e produtos hortícolas podem ser contaminados durante a colheita, pelo contacto com mãos, solo, equipamento de colheita ou nas instalações de armazenamento contaminadas com microrganismos perigosos. As superfícies molhadas ou húmidas promovem o crescimento de microrganismos perigosos.



Organização Mundial da Saúde



GOVERNO DE PORTUGAL  
MINISTÉRIO DA SAÚDE



Instituto Nacional de Saúde  
Doutor Ricardo Jorge