

Všeobecná hygiena potravín – cvičenie č. 7

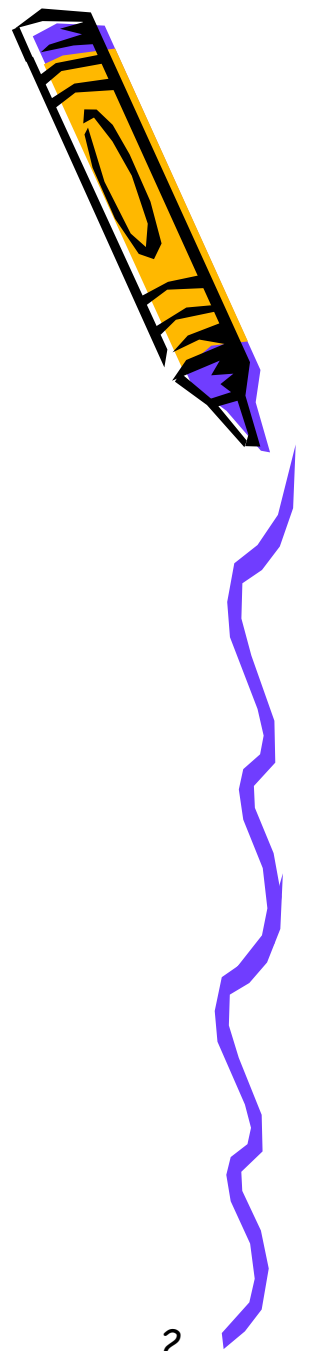
HYGIENA PRÁCE A PRACOVNÉHO PROSTREDIA V POTRAVINÁRSTVE

1/29



Osnova cvičenia

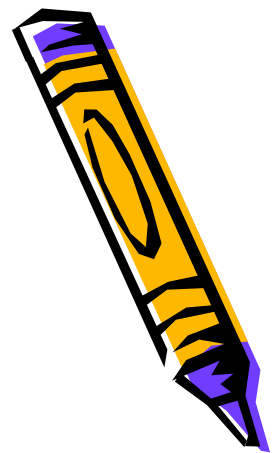
2/28



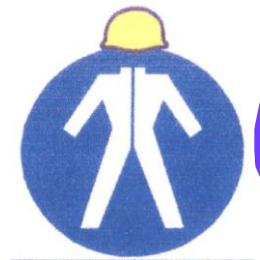
- I. Hygiena práce - pracovný odev a obuv
- II. Šperky, hodinky a osobné predmety
- III. Ochrana rúk a umývanie rúk
- IV. Ochorenia a poranenia
- V. Školenia pracovníkov
- VI. Pracovné podmienky
- VII. Faktory pôsobiace na pracovníkov v potravinárskej výrobe



1. Hygiena práce - pracovný odev a pracovná obuv 3/28



- * **pred začiatkom** práce prezliecť osobný odev za čisté pracovné oblečenie,
- * **prezliekanie** - v miestnostiach na to určených ,
- * **pracovný odev**: nohavice, košeľa (tričko), zástera, plášť, topánky, rukavice, pokrývka hlavy, iné...



- * pracovné odevy **meniť pravidelne a podľa potreby,**
- * **pokrývka hlavy** - zamedzuje kontaminácii potravín vlasmi alebo lupinami, zamedzuje kontaktu rúk s vlasmi,
- * **pracovné odevy** - podľa možnosti svetlé, nehorľavé, absorbujúce pot, vzdušné, dostatočne veľké,





- * **topánky (pracovná obuv)** -zabraňujú prenosu kontaminácie z pracovného prostredia do potravín,
- * **úprava topánok** - protišmyková, najmä tam, kde je zvýšené riziko pošmyknutia sa,
- * **uchovávanie obuvi** - v čistote a dobrom stave,
- * **obuv musí byť** uzatvorená, pevná a vzdušná,



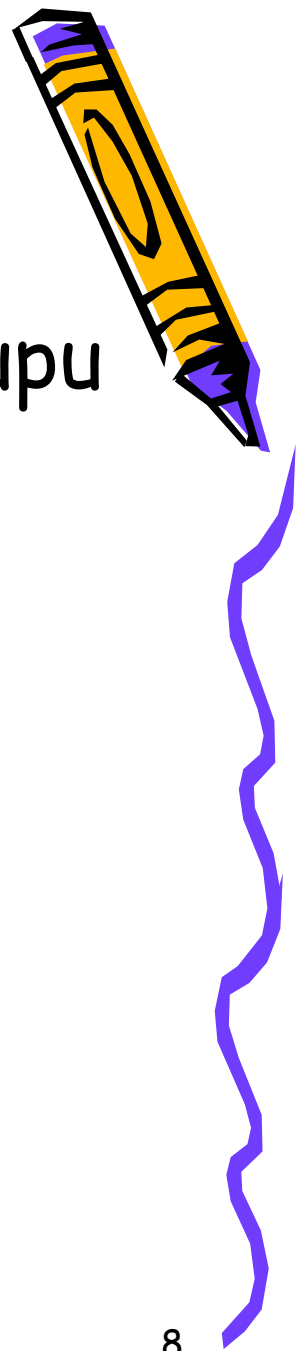
* **uchovávanie** pracovného odevu
i osobného odevu musí byť oddelené
a v uzamykateľnej skrini,

* pracovníci potravinárskych prevádzok
nesmú opustiť pracovisko v priebehu
pracovnej doby v pracovnom
odeve a v pracovnej obuvi.

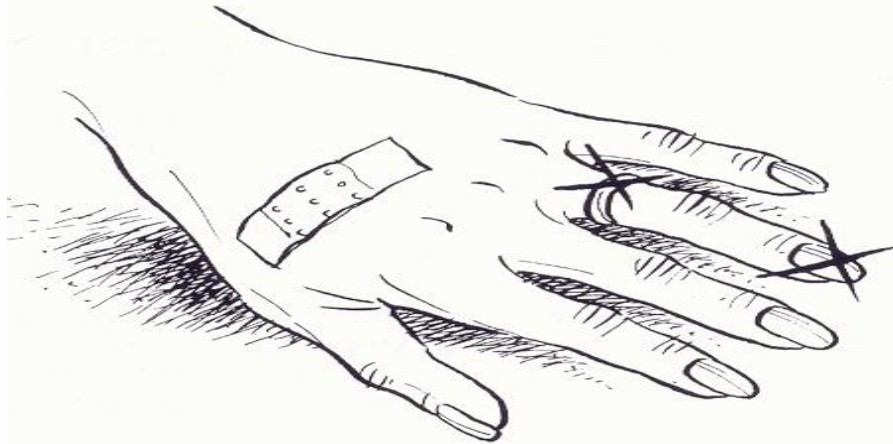




Vlasy, brada, fúzy, nechty 7/28



- vlasy sa musia pred začiatkom vstupu na pracovisko **prikryť čistou prikrývkou**, tak, aby nevyčnievali
- - ak je to nutné, použiť špeciálnu rúšku na bradu a fúzy
- - nechty krátke, čisté, bez laku



2. Šperky, hodinky a osobné predmety

8/28

* do priestorov, kde sa manipuluje s potravinami, sa nesmú nosiť osobné veci, ktoré by mohli ohroziť bezpečnosť potravín, napríklad šperky, hodinky, sponky a i.

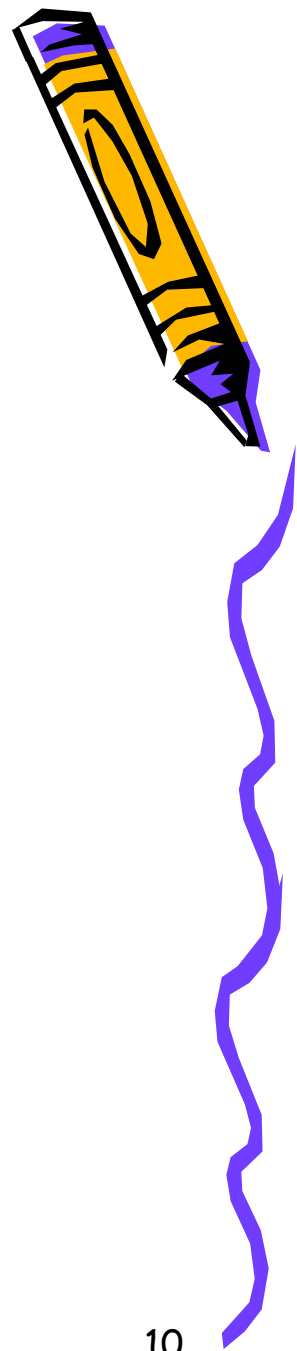


NO RINGS OR JEWELRY PERMITTED



3. Ochrana rúk a umývanie rúk

9/28



- * najviac infekcií črevného systému sa prenáša kontaminovanými rukami, fekálno-orálnou cestou prenosu,
- * 25 - 40 % ochorení z potravín je spôsobných nízkou úrovňou osobnej hygieny,
- * ruky pracovníka sa môžu stať zdrojom kolónií mikroorganizmov,



* prsty, končeky prstov, nechtové lôžka sú potenciálnym miestom patogénnych mikroorganizmov, najmä stafylokokov a G- baktérií,

* alerggia na potraviny, mydlá a dezinfekčné prostriedky, kovy, gumené rukavice sa môže odraziť na kontaminácii rúk patogénnymi mikroorganizmami.

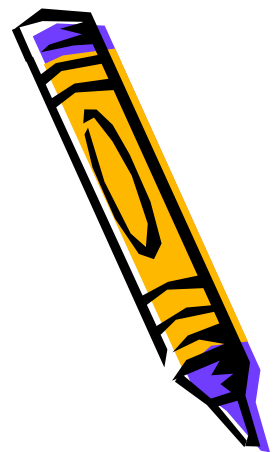
10/28



Rukavice

11/28

- * používanie rukavíc neeliminuje potrebu umývania a sušenia rúk,
- * ruky v rukaviciach sa nesmú dotýkať kontaminovaných povrchov, oblečenia, časti tela
- * pri dotyku s kontaminovaným povrchom, kašľaní a kýchaní, dotyku časti tela, treba rukavice ihneď vymeniť,





- * treba pamätať na potenie rúk, alergie na gumený materiál rukavíc, či schopnosť potravinu, pracovného postupu, či čistiaceho alebo dezinfekčného prostriedku prederaviť rukavice,
- * treba vždy pred použitím rukavíc zvážiť, či ich použitie skutočne zabráni sekundárnej kontaminácii!



Pozor na sekundárnu kontamináciu

13/28

surovina

polotovár

hotový výrobok



Vieme si správne umývať ruky?

Umývanie rúk:

- používať umývadlá bez manuálnej obsluhy s teplou tečúcou vodou,
- umývanie rúk až po predlaktie.



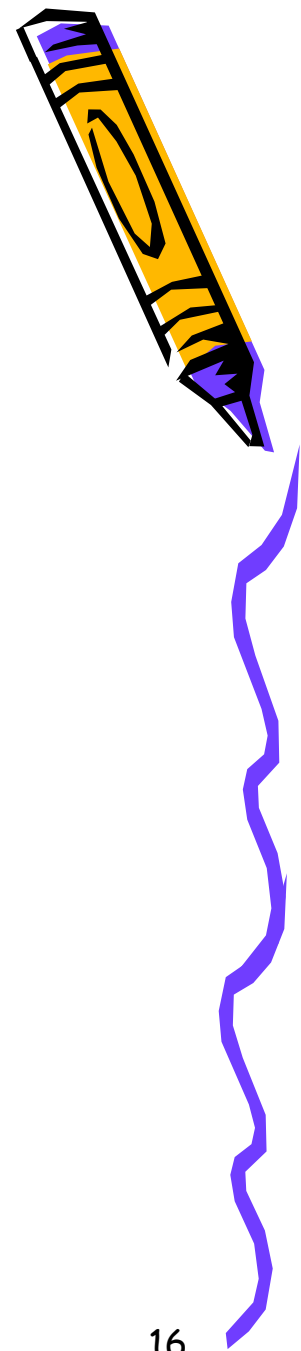
Kedy si treba umývať ruky?

14/28



- - bezprostredne pred začatím práce,
- - po každej návšteve toalety,
- - po prestávke,
- - po jedení, pití, fajčení,
- - po čistení nosa,
- - po kýchnutí, kašľaní,





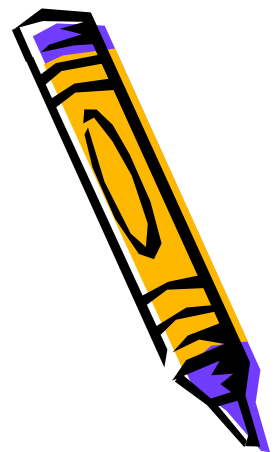
- po ukončení nečistých prác (odstraňovanie odpadu, čistiace práce),
- - po dotyku kľúčiek, telefónu, novín, peňazí,
- - po každej zmene práce
- - pred a po zaobchádzaní s rizikovými potravinami (vajcia, hydina..)



Účinná sanitačná technika umývania rúk

16/28

- 1. **Zvlhčenie** rúk teplou vodou.
- 2. Použijeme 1 -3 ml **mydla** alebo prostriedku na báze mydla s antibakteriálnou zložkou.
- 3. **Čas umývania a mydlenia** 15 - 20 sekúnd, trenie rúk by malo zahrnúť končeky prstov, priestor medzi prstami, zápästie až po lakte alebo aspoň po exponované časti rúk.





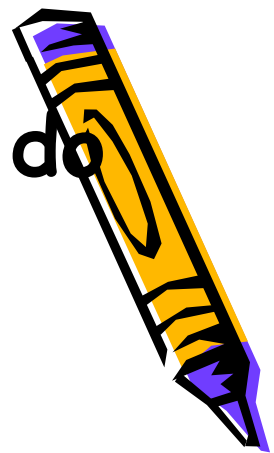
17/28

- 4. **Oplachovanie** - prúdom teplej tečúcej vody (3-4 litre za minútu) a dostatočne dlhý čas, aby sa zmyli všetky zvyšky mydla- prúd vody musí smerovať od lakt'a k zápästiu a ku končekom prstov, ktoré sú nasmerované do výlevky.
- 5. **Sušenie** - s použitím jednorazových papierových obrúskov, bez dotyku zariadenia a dôkladným trením až do vysušenia.



6. Odhodenie použitého obrúska do koša (kôš ovládaným nášľapovým systémom)

Treba mať na pamäti, že vlhké ruky môžu prenášať viac kontaminácie ako ruky suché !!!



Čistiace a dezinfekčné prostriedky na ruky

19/28



- časté čistenie a umývanie rúk poškodzuje pokožku rúk, preto ju treba ošetrovať vhodným ochranným prostriedkom,
- zvýšená ochrana pokožky najmä v zime - náchylná na popraskanie (bariérové krémy),
- čistiace a sanitačné prostriedky musia spĺňať náročné kritériá na odstraňovanie všetkých typov nečistôt (sadze, tuky), ale zároveň musia byť šetrné k pokožke,



4. Ochorenia a poranenia

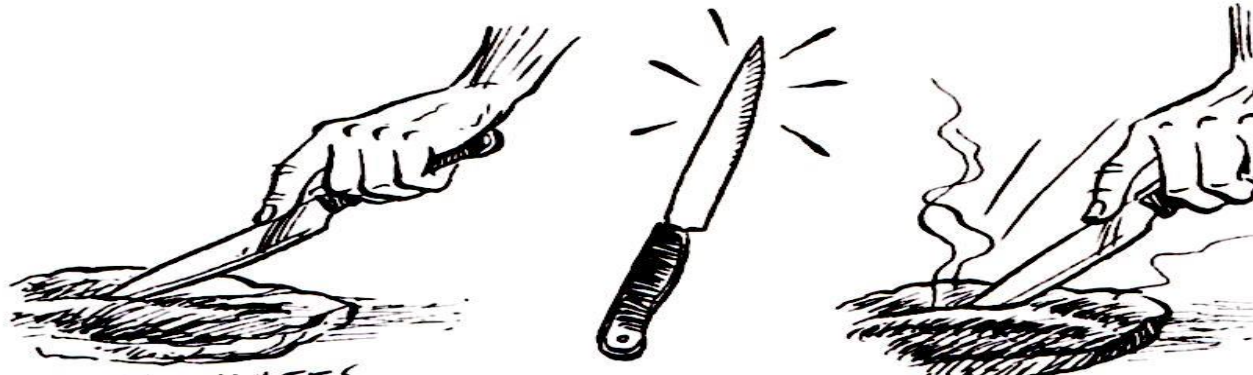
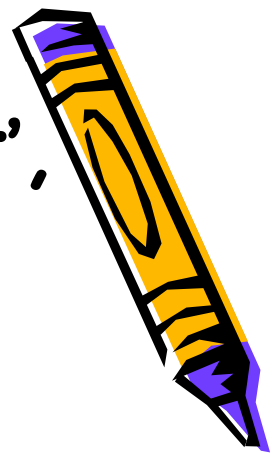
20/28

- - preventívna lekárska prehliadka pred nástupom do zamestnania,
- - lekárske prehliadky po postihnutí hnačkovým ochorením alebo prenosným ochorením, ak sa hnačkové ochorenie objaví na pracovisku, v domácnosti alebo u rodinných príslušníkov,
- - ak si lekársku prehliadku vyžaduje epidemiologická situácia,



- - po poranení sa musí rana ošetriť, obviazať a použiť rukavica,
- - pri práci s ostrými predmetmi používať ochranné pracovné pomôcky a chrániť sa pred možným poranením !

21/28

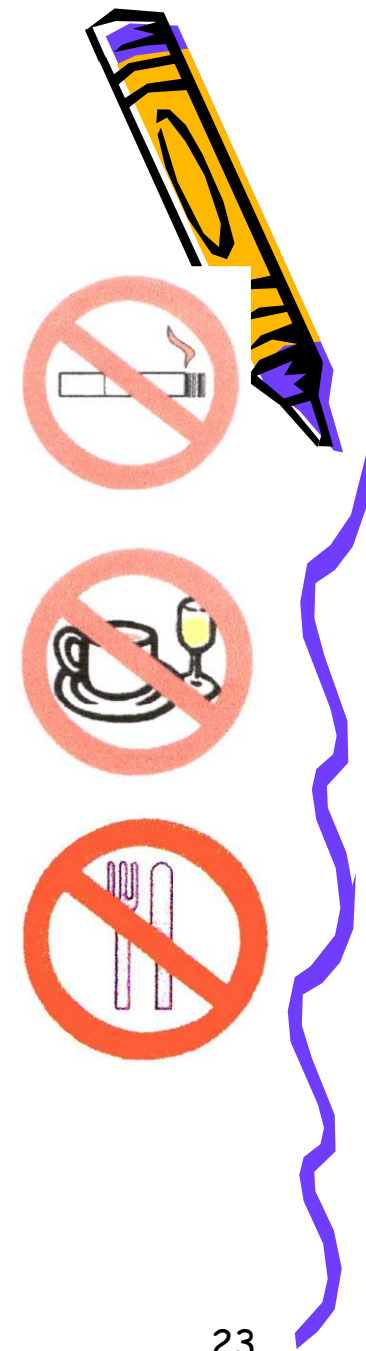


Správanie sa na pracovisku

22/28

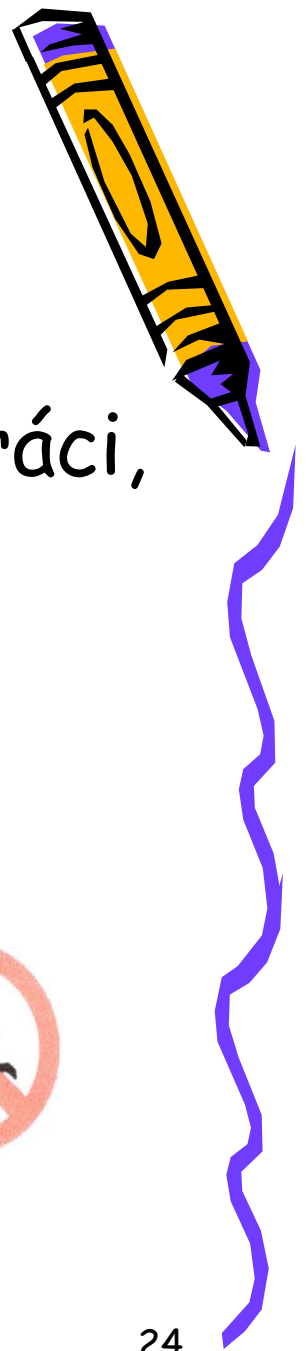
Pri manipulácii s potravinami je zakázané:

- - fajčenie,
- - konzumovanie potravín,
- - pľuvanie,
- - žuvanie,
- - kýchanie a kašľanie nad nechránenými potravinami,
- - mať dlhé nechty, robiť kozmetické úpravy vlasov, nechtov, tváre.



Bezpečnosť pri práci 23/28

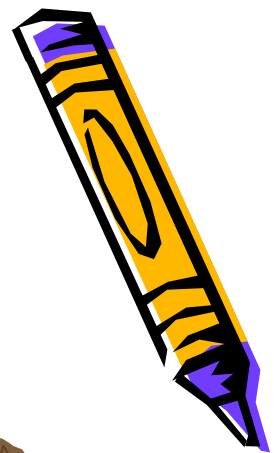
- * dodržiavať zásady bezpečnosti pri práci,
- * dodržiavať zásady správnej výrobnéj praxe,
- * riadiť sa pokynmi nadriadených pracovníkov.



V. Školenie pracovníkov

24/28

- pracovný poriadok zaväzuje všetky osoby, ktoré manipulujú, s potravinami, ku školeniu vzťahujúcemu sa na pracovisko vo veciach hygieny potravín,
- školenie vykonáva **externý** školiteľ,
- dôležitá je správna motivácia pracovníkov.



VI. Pracovné podmienky

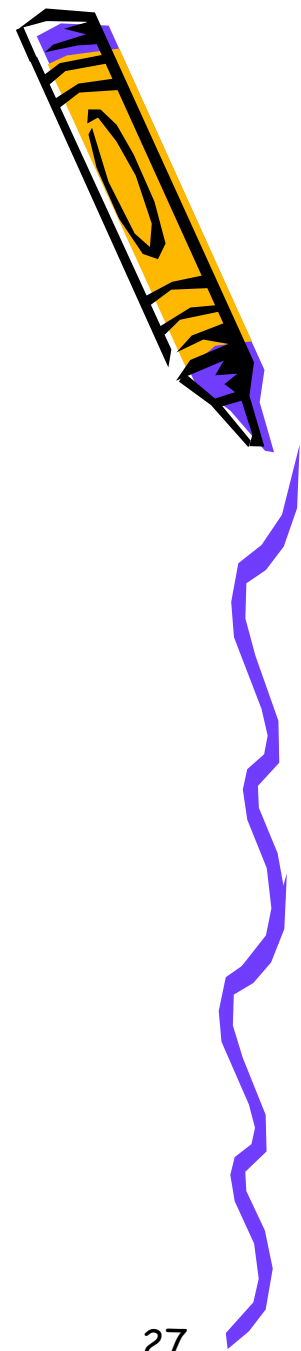
25/28

Pracovné podmienky - sú fyzikálne, chemické, biologické, fyziologické, psychologické a sociologické faktory pôsobiace na zdravie a pracovnú výkonnosť človeka v pracovnom procese, sú ovplyvňované režimom práce, odpočinkom a technickým stavom pracovného prostredia.



Zdravie sa musí chrániť starostlivosťou o: 26/28

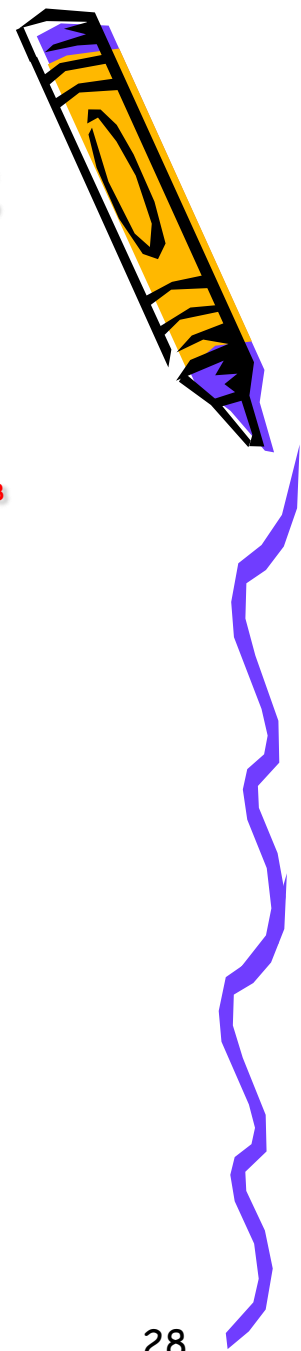
- a) primerané životné podmienky, ktoré sú dané stavom ovzdušia, vody, pôdy a ostatných zložiek životného prostredia,
- b) zdravú výživu obyvateľstva, vhodné pracovné podmienky.



Osobitne sa musí zdravie chrániť pred nepriaznivými účinkami:

27/28

- chemických látok a prípravkov,
- ionizujúceho žiarenia,
- elektromagnetického poľa,
- hluku a vibrácií.



FAKTORY PÔSOBIACE V PRACOVNOM PROSTREDÍ V POTRAVINÁRSKEJ VÝROBE

28/28

1. Hluk.
2. Zát'až chladom.
3. Chemické látky.
4. Neionizujúce žiarenie.
5. Prach.
6. Tepelná zát'až.
7. Zraková zát'až.
8. Psychická zát'až.
9. Fyzická zát'až.
10. Vibrácie.
11. Nevhodná pracovná poloha.
12. Ionizujúce žiarenie.
13. Biologické činitele.

