

**Foi às compras?  
Ao chegar em casa  
fique atenta à forma  
correta de higienizar  
produtos e embalagens.**

**Dicas para enfrentamento  
da Covid-19**



# **Quais sacolas utilizar e como higienizá-las?**

**A higienização de alimentos e embalagens deve ser feita imediatamente após chegar em casa.**

**Prefira sacolas reutilizáveis.**

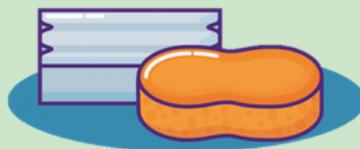
**Ao chegar em casa higienize essas embalagens com água e sabão ou com solução clorada.**

**Após lavar, colocar para secar ao sol.**



# Higienização das embalagens

**Embalagens de plástico, vidros, latas, garrafas, e sacos devem ser higienizados com auxílio de uma esponja com água e detergente.**



**Podem também ser borrifadas com álcool 70° na forma líquida ou em gel com um papel toalha.**



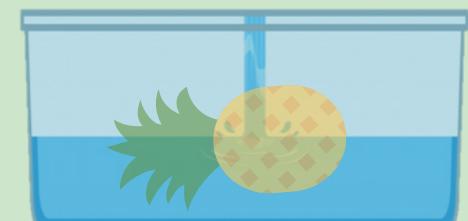
# Higienização de frutas e hortaliças.



**Lavar sob água corrente para retirar as sujidades.**



**Colocar de molho em solução clorada por 15 minutos.**



**Enxaguar em água corrente.**

**Deixar secar naturalmente ou com auxílio de papel toalha.**

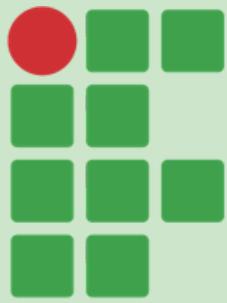
**Solução Clorada: 1 colher de sopa de água sanitária para 1 litro de água ou observar as recomendações do fabricante.**

**Utilizar água sanitária sem alvejante e perfume**

## Dicas:



- Não utilize sabão e detergentes para higienizar os alimentos, pois deixam resíduos.
- Vinagre não mata microorganismos.
- Alimentos embalados a vácuo podem ser lavados com água e sabão.
- Ovos, devem ser retirados da embalagem original, mas ser lavados somente na hora de consumir.
- Alimentos em bandejas, com queijos, carnes devem ser descartados a embalagem de compra e embalar novamente.



**INSTITUTO  
FEDERAL**  
Paraíba

---

Campus  
Princesa Isabel

## **Coordenação Pedagógica e de Apoio ao estudantes- COPAE**

**Nutricionistas:**

**Paloma de Sousa Bezerra**

**Contato: paloma.bezerra@ifpb.edu.br**

**Leticia Farias Cavalcanti**

**Contato: leticia.cavalcanti@ifpb.edu.br**