

ALESSANDRA ZANETTE GHISI FRASSETTO (ORG.)

AUTORES:

AMANDA DE VARGAS DE OLIVEIRA • ANA CAROLINE DAMIANI PAULINO
DANIELA BIANCHINI ROSSO • FILIPE FERNANDES GABRIEL
GEANI BILÉSIMO DAROS FERREIRA • JOÃO CARLOS DENONI JÚNIOR



**DINÂMICAS
PARA CAPACITAÇÃO**
EM ESTABELECIMENTOS DE
ALIMENTAÇÃO COLETIVA

**DINÂMICAS PARA
CAPACITAÇÃO** EM
ESTABELECIMENTOS
DE **ALIMENTAÇÃO**
COLETIVA



UNESC

Universidade do Extremo Sul Catarinense

Reitora

Luciane Bisognin Ceretta

Vice-reitor

Daniel Ribeiro Preve

Coordenadora do Curso de Nutrição

Fabiane Maciel Fabris

Coordenadora-adjunta do Curso de Nutrição

Rita Ribeiro

Editora da UNESC

Editor-chefe

Dimas de Oliveira Estevam

Conselho Editorial

Dimas de Oliveira Estevam (Presidente)

Angela Cristina Di Palma Back

Cinara Ludvig Gonçalves

Fabiane Ferraz

Marco Antônio da Silva

Merisandra Côrtes de Mattos Garcia

Miguelangelo Gianezini

Nilzo Ivo Ladwig

Rafael Rodrigo Mueller

Reginaldo de Souza Vieira

Ricardo Luiz de Bittencourt

Richarles Souza de Carvalho

Vilson Menegon Bristot

ALESSANDRA ZANETTE GHISI FRASSETTO (ORG.)

DINÂMICAS PARA CAPACITAÇÃO EM ESTABELECIMENTOS DE ALIMENTAÇÃO COLETIVA

AUTORES:

AMANDA DE VARGAS DE OLIVEIRA
ANA CAROLINE DAMIANI PAULINO
DANIELA BIANCHINI ROSSO
FILIPE FERNANDES GABRIEL
GEANI BILÉSIMO DAROS FERREIRA
JOÃO CARLOS DENONI JÚNIOR



Florianópolis · Criciúma · Santa Catarina · Brasil · 2022

© 2022 Ediunes

© 2022 Dois Por Quatro Editora

Editores Maria Cecília Pilati e Valmor Fritsche

Revisão Roberto Ostermann

Capa e design gráfico Valmor Fritsche

Ilustrações imagens editadas a partir da Freepik

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação

D583 Dinâmicas para capacitação em estabelecimentos de alimentação coletiva [recurso eletrônico] / Alessandra Zanette Ghisi Frassetto (org.) ; Autores: Amanda de Vargas de Oliveira ... [et al.]. - Criciúma, SC : UNESC, 2022. 153 p. : il.

Modo de acesso: <<http://www.unesc.net/portal/capa/index/300/5886/>>.

ISBN: 978-85-8410-162-7

DOI: <http://dx.doi.org/10.18616/nutri>

1. Serviço de alimentação - Administração. 2. Serviço de alimentação - Medidas de segurança. 3. Alimentos - Armazenamento. 4. Alimentos - Manuseio - Medidas de segurança. 5. Pessoal - Treinamento - Serviço de alimentação. I. Título.

CDD - 22.ed. 642.5

Bibliotecária Eliziane de Lucca Alosilla - CRB 14/1101

Biblioteca Central Prof. Eurico Back - UNESC

Como referenciar esta publicação:

FRASSETTO, Alessandra Zanette Ghisi (org.). **Dinâmicas para capacitação em estabelecimentos de alimentação coletiva**. Florianópolis : Dois Por Quatro ; Criciúma : Ediunes, 2022.

Todos os direitos reservados. A reprodução não autorizada desta publicação, por qualquer meio, seja total ou parcial, constitui violação da lei n. 9.610/1998.

As ideias, imagens e demais informações apresentadas nesta obra são de inteira responsabilidade de seus autores e organizadores ou editores.

DOIS POR QUATRO EDITORA

Rua Ivo Reis Montenegro, 191
Florianópolis-SC - CEP 88085-600
(48) 3371-8222 | (48) 98409-8222
editora@doisporquatro.com
www.doisporquatro.com

EDIUNESC

Av. Universitária, 1.105, bloco
administrativo, sala 35 - Bairro Universitário
88.806-000 Criciúma/SC
(48) 3431-2718
editora@unesc.net

Agradecemos a todas e todos amigos e amigas, familiares e à instituição UNESCO, em especial, à reitora Profa. Dra. Luciane Bisognin Ceretta, que acreditou em nossos projetos, assim como aos que participaram ativamente deste material, seja por meio da troca de ideias, de ensinamentos, conhecimentos ou comentários. Esta obra foi produzida coletivamente, ganhando corpo e relevância a partir do resultado de todas essas interações, tão essenciais. Muito obrigado!



Apresentação	11
Nossa equipe	13
Prefácio	16
1 Dinâmicas para o recebimento de mercadorias	19
2 Dinâmicas para o armazenamento de seco – temperatura ambiente	27
3 Dinâmicas para o armazenamento em ambiente controlado – temperatura controlada	33
4 Dinâmicas para a higienização do ambiente	39
5 Dinâmicas para higienização de móveis e utensílios ...	45
6 Dinâmicas 6S (Organização)	51
7 Dinâmicas 5R da sustentabilidade: repensar, reduzir, reutilizar e reciclar	59
8 Dinâmicas para o uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs)	65
9 Dinâmicas para contaminação cruzada	71
10 Dinâmicas para a higienização de hortifrútiis	77
11 Dinâmicas para a coleta de amostra	83
12 Dinâmicas para higienização de mãos	91
13 Dinâmicas para higiene pessoal e contaminação dos alimentos	99
14 Dinâmicas para tempo e temperatura	105
15 Dinâmicas para uso de luvas descartáveis	113
16 Dinâmicas para atendimento ao cliente	119
17 Dinâmicas para o uso correto do uniforme	125
18 Dinâmicas para empatia com os colegas	131
19 Dinâmicas para fofocas e intrigas (conflitos)	137
20 Dinâmicas para o enfrentamento da covid-19	145
Referências	151

DINÂMICAS PARA
TREINAMENTOS EM
ESTABELECIMENTOS
DE **ALIMENTAÇÃO**
COLETIVA



9801



A publicação deste livro, *Dinâmicas para capacitação em estabelecimentos de alimentação coletiva*, surgiu de uma iniciativa da Profa. Ma. Alessandra Zanette Ghisi Frassetto, que dedicou sua trajetória profissional no âmbito da nutrição à área da alimentação coletiva. Esta obra surge da inquietação desta nutricionista, com mais de 20 anos de profissão e 14 de docência no Curso de Nutrição da Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC). Obra esta protagonizada e escrita por estudantes de Nutrição da UNESC, entre eles Amanda de Vargas de Oliveira, Ana Caroline Damiani Paulino, Daniela Bianchini Rosso, Filipe Fernandes Gabriel, Geani Bilésimo Daros Ferreira e João Carlos Denoni Júnior.

A Nutrição encontra-se em crescente expansão, destacando-se o setor de alimentação coletiva, o que torna essencial este livro para os profissionais da área, em especial aos nutricionistas, por abordar uma temática relevante, inovadora e de grande impacto.

De acordo com a resolução CFN n. 600, de 25 de fevereiro de 2018 – que dispõe sobre a definição das áreas de atuação do nutricionista –, uma das atribuições do nutricionista no segmento de alimentação coletiva é realizar periodicamente o aperfeiçoamento e a atualização de funcionários por meio de cursos, palestras e ações afins, bem como promover programas de educação alimentar e nutricional para clientes/usuários, o que torna clara a importância de se produzir materiais como este que agora chega às suas mãos.

Em 154 páginas, este livro reúne 20 capítulos, produzidos com muita atenção, nos quais procura abarcar toda a cadeia alimentar, desde o recebimento de mercadorias até a distribuição de refeições, abordando inclusive a questão da pandemia de covid-19.

FILIFE FERNANDES GABRIEL

Discente do Curso de Nutrição pela Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC)



ORGANIZADORA

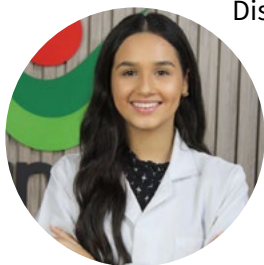
ALESSANDRA ZANETTE GHISI FRASSETTO



Nutricionista CRN10 0536. Docente do Curso de Nutrição pela Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC. Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC. Pós-graduada em Gestão Empresarial pela Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC. Título de Especialista em Alimentação Coletiva pela ASBRAN. Coordenadora do Curso de Nutrição Semipresencial pela Universidade do Extremo Sul Catarinense - UNESC – Polo Araranguá. Membro do Conselho de Alimentação Escolar do Município de Criciúma, SC.
alessandra@unesc.net

AUTORES

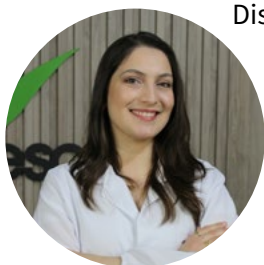
AMANDA DE VARGAS DE OLIVEIRA



Discente do Curso de Nutrição pela Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC). Presidente da Empresa Júnior de Nutrição (Pronutrir).

amandavargaso@outlook.com

ANA CAROLINE DAMIANI PAULINO



Discente do Curso de Nutrição pela Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC.

anacdamiანი@outlook.com

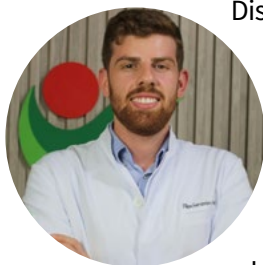
DANIELA BIANCHINI ROSSO



Discente do Curso de Nutrição pela Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC.

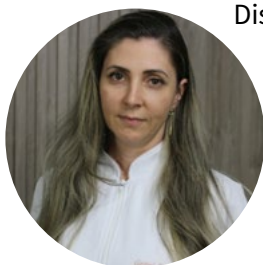
nutridanibianchini@hotmail.com

FILIFE FERNANDES GABRIEL



Discente do Curso de Nutrição pela Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC). Coordenador Sul da Executiva Nacional de Estudantes de Nutrição (ENEN). Conselheiro do Conselho de Segurança Alimentar e Nutricional de Santa Catarina (CONSEA/SC). Presidente da Liga Acadêmica de Segurança Alimentar e Nutricional (LASAN). filipefernandesg@unesc.net

GEANI BILÉSIMO DAROS FERREIRA



Discente do Curso de Nutrição pela Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC.
geanidarosferreira@gmail.com

JOÃO CARLOS DENONI JÚNIOR



Discente do Curso de Nutrição pela Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC). Aluno de Iniciação Científica (PIBIC), no Laboratório de Biomedicina Translacional Grupo de Pesquisa em Epidemiologia - UNESC.
joaocdenonii@gmail.com

ATENÇÃO AOS DETALHES

Uma dinâmica bem aplicada pode revelar muito sobre sua equipe, esteja atento aos sinais.

Um bom líder deve estar atento aos sinais que indicam a necessidade de realizar intervenções pontuais ou coletivas no grupo, e nesse contexto este livro se apresenta como uma eficiente ferramenta para aproximar os colaboradores das necessidades operacionais dos gestores.

Uma das experiências mais marcantes da minha carreira ocorreu ao aplicar uma dinâmica aos colaboradores de uma colônia de férias.

A proposta objetivava fortalecer o espírito de equipe no grupo e, desta forma, orientei que os participantes, numa folha de papel, contornassem ambas as mãos escrevendo cinco qualidades nos dedos da mão direita e cinco dificuldades nos dedos da mão esquerda.

Quando terminaram, pedi que compartilhassem as impressões que tinham de si mesmos.

Uma das colaboradoras leu sobre os seus pontos fracos e silenciou quando se tratou de ler sobre as suas qualidades. Justificou-se dizendo não ter nenhuma qualidade.

Minha intervenção consistiu em resgatar, junto aos colegas, os seus pontos positivos demonstrados no decorrer da convivência profissional.

A partir dessa análise, pudemos trabalhar com essa colaboradora numa perspectiva que incluía acompanhamento psicológico.

Compartilhei essa longa história, para enfatizar a importância da prática de dinâmicas para identificar emoções, comportamentos, crenças e julgamentos capazes de interferir nas relações de trabalho, sobretudo, na nossa área, cujos colaboradores são de origem humilde, com pouca ou nenhuma formação.

Muitas vezes, julgamos o colaborador como alguém com má vontade ou sem disposição, mas não abrimos um canal de escuta para compreender as suas reais dificuldades.

Nesse contexto, as dinâmicas apresentadas neste livro trazem uma enorme contribuição aos profissionais da área, que podem realizar formações com conteúdo técnico de forma clara e objetiva.

“A variedade e criatividade das dinâmicas, aqui apresentadas, reforçarão os procedimentos de boas práticas, e certamente contribuirão para atingir o objetivo principal”: a segurança dos alimentos e dos comensais.

Cabe ressaltar que para cada área, uma dinâmica específica e criativa foi pensada que ao ser aplicada, reforçará na memória do colaborador, o conhecimento agora constituído sobre a atividade realizada. Além disso, promoverá uma atmosfera de empatia em um ambiente virtuoso entre os membros da equipe.

Enfim, as propostas são mais do que simples dinâmicas, constituem-se em momentos em que os colaboradores vivenciarão e levarão não só para o dia a dia em sua função, mas também para as suas vidas.

ELAINE DE ARAUJO

Diretora Fundadora da La Belle Cuisine Assessoria
Consultora para negócios na área de alimentos
Nutricionista, especialista em Gestão da Qualidade
e Segurança de Alimentos.

Docente do Curso de Gastronomia e Hotelaria do SENAC



DINÂMICAS PARA O RECEBIMENTO DE MERCADORIAS

Neste capítulo, abordaremos seis dinâmicas envolvendo o recebimento de mercadorias, contendo objetivo, materiais utilizados, metodologia e duração. O recebimento de mercadorias se faz necessário na conferência física, pois é um dos pontos principais no controle da segurança alimentar em Unidades de Alimentação Coletiva, tanto quantitativo como qualitativo, prevenindo perdas e evitando desperdícios.

1.1 DINÂMICA 1

Objetivo: reforçar a importância de fazer a conferência das quantidades e da qualidade na hora de receber as mercadorias.

Materiais utilizados: caixas e mercadorias para encenação.

Metodologia: duas pessoas vão simular, como numa peça de teatro, o recebimento de mercadorias para que os demais colaboradores analisem a cena. A primeira personagem estará com o uniforme limpo, sapato fechado, proteção de cabelo e higiene pessoal adequada; vai verificar a temperatura dos alimentos recebidos; porém, esquece de conferir a nota fiscal e a validade dos produtos, acaba recebendo menos produtos do que deveria e alguns deles vencidos. Nossa segunda personagem da encenação estará com as vestimentas e a higiene pessoal inadequadas (podendo contaminar os alimentos), ela fará a conferência da nota, do transporte limpo, vai verificar a validade, mas deixará de verificar a temperatura dos alimentos. Ao final, solicite aos participantes que analisem e comentem o comportamento de cada personagem.

Tempo de duração: 20 minutos.

1.2 DINÂMICA 2

Objetivo: analisar o conhecimento sobre o recebimento das mercadorias.

Materiais utilizados: uma sineta, papel e caneta.

Metodologia: separar os colaboradores em duas equipes. Eleja um representante para cada grupo e organize um jogo de perguntas e respostas com pontuação. Faça perguntas sobre o recebimento de mercadorias, ao mesmo tempo, para ambas as equipes. Em seguida, responde a equipe na qual o represen-

tante tocar mais rápido a sineta, ou seja, cada um ficará com as mãos atrás da cabeça e, concluída a pergunta, será autorizada a disputa. Cada acerto valerá dois pontos. Caso o primeiro a tocar a sineta erre ou não saiba a resposta, a equipe perde um ponto. Se estiver sem nenhum ponto mantém o escore zero. Ganhará o jogo a equipe que tiver a maior pontuação.

PERGUNTAS

1) É necessário ter *pallets* e carros-tartaruga disponíveis quando chegar a mercadoria?

Resposta: sim, pois isso evita que as mercadorias sejam dispostas diretamente sobre o piso.

2) As áreas de armazenamento de produtos em temperatura ambiente (estoque seco) podem estar no mesmo espaço dos de higiene e limpeza?

Resposta: não, pois há o risco de contaminação dos alimentos.

3) A temperatura máxima nos estoques devem ser de 26°C?

Resposta: sim, para evitar o desenvolvimento de bactérias e bolor, que provocam a deterioração dos alimentos.

4) Caixas de papelão podem ser utilizadas em refrigeradores, câmaras frias ou congeladores?

Resposta: não, pois acumulam sujeira de fora, principalmente agentes invasores, como baratas, moscas e aranhas.

Tempo de duração: 30 minutos.

1.3 DINÂMICA 3

Objetivo: memorizar as etapas de recebimento de mercadorias.

Materiais utilizados: folhas de papel, caneta e impressora.

Metodologia: os colaboradores deverão se sentar distantes uns dos outros e cada um receberá uma caneta e uma folha de papel para a resolução de uma atividade. Liste 11 etapas do processo de recebimento de mercadorias de forma aleatória. Os participantes deverão enumerá-las na ordem em que cada um considerar correta. Por fim, é feita a conferência, explicando cada etapa e a sequência correta a ser seguida. Sugestão das 11 etapas:

Fornecedores:

- 1º Receber o fornecedor de alimentos perecíveis resfriados e refrigerados;
- 2º Receber o fornecedor de alimentos perecíveis congelados;
- 3º Receber o fornecedor de alimentos perecíveis permitidos em temperatura ambiente;
- 4º Receber o fornecedor de alimentos não perecíveis;

Ordem das etapas do recebimento:

- 5º Solicitar a nota fiscal do material a ser recebido;
- 6º Verificar os aspectos higiênicos do entregador e do veículo de transporte;
- 7º Verificar se os produtos da nota fiscal correspondem ao pedido de compra (prazo de entrega, produtos, quantidades, preços);
- 8º Verificar a temperatura dos produtos, no caso de mercadorias resfriadas ou congeladas, e aspectos sensoriais das mercadorias;

- 9º Verificar os rótulos, a integridade, a higiene das embalagens e a data de validade;
- 10º Fazer a pesagem ou contagem das mercadorias na presença do entregador;
- 11º Direcionar cada mercadoria aprovada e recebida para o devido local de armazenamento.

Tempo de duração: 20 minutos.

1.4 DINÂMICA 4

Objetivo: demonstrar a importância e a eficácia de uma escala com horários para o recebimento de mercadorias.

Materiais utilizados: caixas, carne e mercadorias para simulação.

Metodologia: a ideia é reproduzir em forma de teatro o recebimento simultâneo de mercadorias refrigeradas e secas. Numa caixa, junto com alimentos não perecíveis, colocar uma peça de carne. O responsável provavelmente deixará essa caixa com produtos secos para organizar por último. No fim, ressaltar a importância da atenção no momento da conferência das mercadorias e mostrar que o agendamento das entregas diminuiria erros como este. Isso evita que fornecedores cheguem no mesmo horário e que tenham de esperar muito tempo no pátio do recebimento. O cronograma deve ser organizado a fim de priorizar os fornecedores por ordem de importância, priorizando alimentos com maior fluxo de saída. Grandes cargas merecem um tempo maior, pois exigirão uma conferência mais detalhada.

Tempo de duração: 15 minutos.

1.5 DINÂMICA 5

Objetivo: reforçar a ordem das etapas de recebimento.

Materiais utilizados: caixa, perguntas das etapas de recebimento e equipamento de som.

Metodologia: depois de explicar as etapas de recebimento, peça aos colaboradores que se organizem em círculo e entregue uma caixa com perguntas sobre as etapas de recebimento. A caixa passará de mão em mão, enquanto a música estiver tocando, e quem estiver aplicando a dinâmica pausará a música; nesse momento, a pessoa que estiver com a caixa sorteará uma questão. Se o participante acertar, ganhará um prêmio simbólico (ex.: bombom). Caso contrário, alguém da roda pode responder ou o responsável pela dinâmica pode explicar para que todos compreendam aquela etapa e não restem dúvidas.

Tempo de duração: 40 minutos.



1.6 DINÂMICA 6

Objetivo: entender o processo de recebimento de mercadorias e suas etapas.

Materiais utilizados: caixa de papelão com alimentos variados.

Metodologia: divida os colaboradores em grupos, simule a entrega de uma caixa de mercadoria e peça para a equipe analisar. Os participantes devem apontar os erros na entrega das mercadorias, como a embalagem utilizada (caixa de papelão), conferir a validade etc. Após todos os grupos apontarem os erros, explique brevemente as etapas do recebimento de mercadoria, fale dos pontos citados por eles – se estão corretos ou não.

Tempo de duração: 35 minutos.



DINÂMICAS PARA O ARMAZENAMENTO DE SECO – TEMPERATURA AMBIENTE

Aqui, abordaremos dinâmicas para o armazenamento de secos, em temperatura ambiente, em seis dinâmicas, com objetivo, materiais utilizados, metodologia usada e tempo de duração de cada uma. O armazenamento correto de alimentos secos ajuda a evitar sua contaminação, desperdícios por data de validade ultrapassada, desenvolvimento de microrganismos patogênicos. Além disso, contribui para conservar os produtos por mais tempo na prateleira. Descuidos com o armazenamento podem acarretar problemas com a qualidade dos produtos e também prejuízos para os negócios.

2.1 DINÂMICA 1

Objetivo: exemplificar os danos do mau armazenamento e demonstrar a forma correta de fazê-lo.

Materiais utilizados: imagens de alimentos, imã ou velcro e mural com imagem de prateleiras.

Metodologia: imprimir imagens de alimentos que devem ser armazenados em temperatura ambiente. No verso da folha, cole uma fita de velcro ou um imã. No mural, que retrata uma prateleira, fixe as figuras dos alimentos de forma que umas fiquem atrás das outras, dificultando o seu acesso. Assim, demonstre que o alimento ficará ali por mais tempo do que os que estão dispostos corretamente, em local mais visível e acessível. Reforce que o armazenamento inadequado pode acarretar o vencimento do alimento e, conseqüentemente, perdas. Após, com o mesmo material, mostre a disposição correta dos produtos, ressaltando como esse posicionamento torna mais fácil o acesso aos alimentos, evitando desperdícios, contaminações e outros problemas.

Tempo de duração: 15 minutos.

2.2 DINÂMICA 2

Objetivo: explicar os critérios para armazenamento de secos em temperatura ambiente.

Materiais utilizados: caixa, papel, caneta e equipamento de som.

Metodologia: solicitar aos colaboradores que anotem dúvidas e dificuldades relacionadas ao armazenamento seco, recolha e coloque os papéis em uma caixa. Os participantes devem sentar-se em roda e passar a caixa de mão em mão até que a música pare. A pessoa que estiver com a caixa deve ler uma das dúvidas e tentar esclarecê-la. Caso não consiga, outro colaborador ou alguém da comissão pode responder à questão e proporcionar alguns minutos para que os colaboradores conversem sobre a dúvida apresentada e emitam sua opinião.

Tempo de duração: 30 minutos.

2.3 DINÂMICA 3

Objetivo: refletir sobre os danos do mau armazenamento.

Materiais utilizados: alimentos danificados e utensílios para preparar a receita.

Metodologia: mostrar os alimentos mal armazenados: vencidos, com embalagens furadas, sujas, rasgadas, produtos mal embalados e ou não identificados. Fale da importância da separação por item e sobre o distanciamento correto entre os alimentos no armazenamento, a fim de evitar esse tipo de dano. Prepare uma receita com os alimentos danificados pelo mau armazenamento e, ao final, pergunte se algum colaborador gostaria de comê-la. A ideia é provocar a reflexão e fazer com que os colaboradores se coloquem no lugar do cliente.

Tempo de duração: 20 minutos.

2.4 DINÂMICA 4

Objetivo: identificar os erros mais comuns observados no armazenamento.

Materiais utilizados: computador, projetor e fotos de estoques de alimentos secos.

Metodologia: faça uma apresentação com fotos de estoques que apresentem problemas de armazenamento. Indique aos participantes a quantidade de erros a serem encontrados em cada imagem e solicite que eles os identifiquem. Posteriormente, relacione os erros cometidos com mais frequência e mostre como evitá-los.

Tempo de duração: 30 minutos.

2.5 DINÂMICA 5

Objetivo: exemplificar os danos causados pelos erros e demonstrar a forma correta de fazer o armazenamento.

Materiais utilizados: alimentos: arroz, feijão e farinha fechados, e uma embalagem danificada, com mofo, para exemplo.

Metodologia: empilhar os alimentos diversos todos juntos e encostados. Em seguida, mostre a embalagem com o mofo, exemplificando que a disposição errada dos alimentos pode causar danos como aquele. Logo depois mostre que o ideal seria cada alimento ter seu espaço e respeitar os 10 cm de tolerância entre eles para evitar contaminação. Uma sugestão para melhorar o aproveitamento do espaço de armazenagem é a aplicação de blocos dinâmicos, reduzindo o caminho de transporte interno das mercadorias e o tempo de separação da carga e descarga.

Tempo de duração: 15 minutos.

2.6 DINÂMICA 6

Objetivo: demonstrar a diferença de temperatura para cada tipo de alimento.

Materiais utilizados: computador, projetor e imagens de alimentos diversos.

Metodologia: elaborar imagens de alimentos que devem ser armazenados em temperatura ambiente e alimentos que devem ser armazenados em temperatura controlada. Perguntar aos participantes onde cada alimento deve ser armazenado. Depois disso, faça uma breve explanação sobre a disposição ideal e a temperatura recomendada para cada categoria de alimento.

Tempo de duração: 25 minutos.





DINÂMICAS PARA O ARMAZENAMENTO EM AMBIENTE CONTROLADO – TEMPERATURA CONTROLADA

Neste capítulo, iremos abordar dinâmicas para o armazenamento de alimentos em ambiente controlado, em temperatura controlada, por meio de seis dinâmicas, com objetivo, materiais utilizados, metodologia e tempo de duração. O armazenamento correto de alimentos em temperatura controlada, indicada pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) para cada tipo de alimento, é de extrema importância, uma vez que a temperatura adequada é um fator que inibe o crescimento de microrganismos e evita a proliferação de fungos.

3.1 DINÂMICA 1

Objetivo: refletir sobre a importância do armazenamento na temperatura correta.

Materiais utilizados: duas amostras pequenas de alimento (uma apresentando comprometimento e outra adequada ao consumo).

Metodologia: mostrar duas amostras do mesmo alimento, sendo que uma delas foi conservada em ambiente adequado (temperatura controlada) e outra armazenada fora da temperatura adequada e está comprometida. Pergunte aos colaboradores se algum deles teria interesse em consumir o alimento que foi armazenado incorretamente.

Tempo de duração: 20 minutos.

3.2 DINÂMICA 2

Objetivo: desenvolver a capacidade de identificar possíveis erros de armazenamento em ambiente com temperatura controlada.

Materiais utilizados: computador, projetor e imagens de alimentos.

Metodologia: apresentar imagens de alimentos que necessitam de temperatura controlada armazenados de maneira inadequada. Os colaboradores deverão apontar o erro e qual a atitude ou o armazenamento correto para cada situação. Posteriormente, faça uma relação dos erros cometidos com mais frequência e mostre como evitá-los.

Tempo de duração: 30 minutos.

3.3 DINÂMICA 3

Objetivo: ressaltar a importância de fazer o armazenamento correto para cada classe de alimentos.

Materiais utilizados: geladeira, câmara fria e carne.

Metodologia: a título de exemplo, retire uma peça de carne da câmara fria e guarde numa geladeira convencional. Posteriormente, compare as duas peças de carne, uma refrigerada no lugar certo (a câmara fria) e a outra na geladeira convencional, em temperatura mais elevada. Ao final, reafirme a importância do controle da temperatura dos alimentos e os erros que acontecem no cotidiano de sua unidade. Para maior efetividade desta dinâmica, o ideal é ter uma amostra de carne estragada e com forte odor, a fim de compará-la com o produto conservado adequadamente.

Tempo de duração: 20 minutos.

3.4 DINÂMICA 4

Objetivo: estimular os estoquistas a encontrarem os erros de armazenamento.

Materiais utilizados: um simulador dos refrigeradores e câmaras frias, papel e caneta.

Metodologia: organizar um cenário imitando uma câmara fria ou um refrigerador com vários erros de armazenagem, inclusive temperatura incorreta. Um participante por vez, entra no cenário e anota os erros que encontrou. Depois de todos terem examinado o cenário, serão discutidos os erros encontrados ou que foram omitidos.

Tempo de duração: 30 minutos.

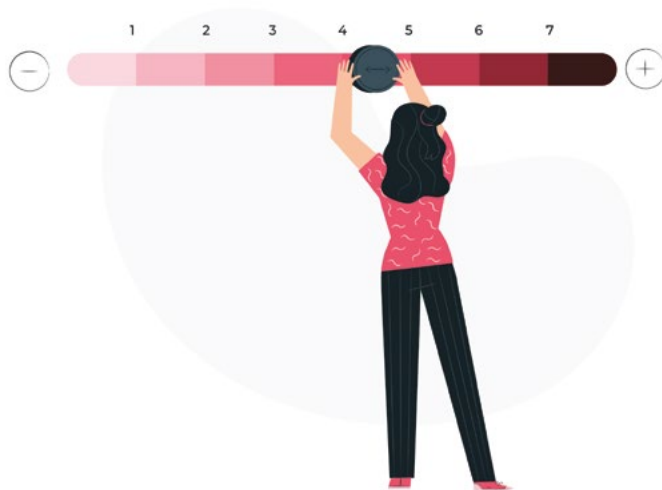
3.5 DINÂMICA 5

Objetivo: avaliar o controle de temperaturas em ambientes controlados.

Materiais utilizados: folhas de papel e imagens de alimentos.

Metodologia: por meio dos relógios de temperaturas do *pass-thru* e câmara fria, fazer uma tabela de temperaturas adequadas e os riscos de temperaturas inadequadas para cada espaço, e ao lado o estado de decomposição do alimento, seja em temperatura alta ou baixa. O intuito é reunir os colaboradores e explicar o porquê da necessidade de controlar as temperaturas. Por fim, fixe as imagens da dinâmica na parede da unidade para que a equipe possa ter um melhor entendimento.

Tempo de duração: 25 minutos.



3.6 DINÂMICA 6

Objetivo: ressaltar a importância do armazenamento correto.

Materiais utilizados: computador, projetor e imagens de carne bovina, frango e pescado.

Metodologia: informar as temperaturas recomendadas para cada tipo de alimento: congelados (-18°C com tolerância até -12°C), resfriados e refrigerados (4°C até 10°C , sendo que pescados devem ficar até no máximo 3°C). Depois, mostre uma imagem em que o alimento está armazenado de forma correta e a outra de forma incorreta, e solicite aos colaboradores que apontem qual delas representa a maneira correta de armazenamento. Como exemplo, mostre imagens de carnes embaladas com formação de gelo superficial e outras sem formação de gelo, imagens que apresentem diferenças de cor e também de consistência entre as carnes. O objetivo é que o colaborador seja capaz de identificar quando a carne está armazenada incorretamente, e possa ajudar a observar alguma variação quando receber as mercadorias do entregador.

Tempo de duração: 25 minutos.



DINÂMICAS PARA A HIGIENIZAÇÃO DO AMBIENTE

Este capítulo apresenta dinâmicas que abordam a higienização do ambiente de manipulação dos alimentos, contendo objetivo, materiais utilizados, metodologia e tempo de duração. O cuidado com a higienização do ambiente é de extrema importância para evitar a contaminação dos alimentos, e impossibilitar a formação de bactérias e as doenças relacionadas ao consumo de produtos inadequados, além de ser fundamental para garantir a segurança dos manipuladores e evitar acidentes no local de trabalho.

4.1 DINÂMICA 1

Objetivo: refletir sobre a sujeira não visível.

Materiais utilizados: luz negra e tinta invisível.

Metodologia: suje o ambiente com tinta invisível – sensível à luz negra – e, em seguida, solicite aos colaboradores que façam uma demonstração do modo como normalmente limpam o ambiente. Após a higienização do local, ligue a luz negra e observe junto com os participantes se ainda restaram vestígios de tinta no local.

Tempo de duração: 20 minutos.

4.2 DINÂMICA 2

Objetivo: pensar sobre as próprias atitudes e as consequências para a sua saúde, a dos seus colegas e a dos clientes.

Materiais utilizados: folhas de papel.

Metodologia: apresentar imagens de demonstrem situações de trabalho do cotidiano dos colaboradores. Elas devem apresentar um ou mais erros relacionados à higienização do ambiente. Divididos em grupos, os colaboradores receberão as imagens e deverão identificar os erros presentes. Depois disso, cada grupo falará sobre os erros encontrados. Incentive-os a falar sobre as possíveis consequências, assim como as dificuldades que enfrentam atualmente para fazer a higienização correta. Abra espaço para receber sugestões de medidas que a empresa como um todo possa tomar para melhorar a adesão dos funcionários às regras de higienização do ambiente.

Tempo de duração: 40 minutos.

4.3 DINÂMICA 3

Objetivo: mostrar o resultado de uma higienização malfeita no ambiente.

Materiais utilizados: montar vários jogos da memória conforme figura abaixo. Para isso, utilize papel cartão e caneta – ou imprima a imagem e recorte.

Metodologia: peça para os participantes jogarem em duplas.

Tempo de duração: 30 minutos.

JOGO DA MEMÓRIA

1 Usar um balde com água e detergente para passar pano no piso.	1 Usar um balde com água e detergente para passar pano no piso.	2 Enxaguar o pano no balde com água limpa.	2 Enxaguar o pano no balde com água limpa.
3 Passar sobre o piso, repetindo a ação até retirar todo o detergente.	3 Passar sobre o piso, repetindo a ação até retirar todo o detergente.	4 Seguir esse procedimento em toda a área a ser limpa.	4 Seguir esse procedimento em toda a área a ser limpa.
5 LAVAGEM COMPLETA é feita somente fora do horário de produção.	5 LAVAGEM COMPLETA é feita somente fora do horário de produção.	6 NÃO se varre a seco as áreas de manipulação.	6 NÃO se varre a seco as áreas de manipulação.
7 NÃO se reaproveita recipientes de produtos de limpeza.	7 NÃO se reaproveita recipientes de produtos de limpeza.	8 Os resíduos dos ralos e grelhas são recolhidos com auxílio de pá.	8 Os resíduos dos ralos e grelhas são recolhidos com auxílio de pá.
9 Os equipamentos e utensílios não são colocados diretamente no piso.	9 Os equipamentos e utensílios não são colocados diretamente no piso.		

4.4 DINÂMICA 4

Objetivo: mostrar os produtos certos para uma higienização adequada.

Materiais utilizados: produtos de limpeza, e uma lista com as funções de cada um deles.

Metodologia: alertar para os riscos dos produtos de limpeza para a saúde e quanto às semelhanças de cores e embalagens. Instruir sobre a função de cada produto e observar a sua composição, pois podem ser tóxicos. Exemplo: alvejante, além de acabar com odores desagradáveis, elimina bactérias. A função do detergente é limpar, remover sujidades difíceis de retirar. O cloro é um desinfetante altamente eficiente e é adicionado à água de abastecimento público para eliminar agentes patogênicos causadores de doenças, tais como bactérias, vírus e protozoários. O álcool 70% é o mais eficiente para a limpeza, tendo efeito bactericida.

Tempo de duração: 20 minutos.

4.5 DINÂMICA 5

Objetivo: identificar os erros na higienização do ambiente e orientar sobre a melhor forma de fazê-la.

Materiais utilizados: vídeos e imagens de higienização do ambiente, computador e projetor.

Metodologia: em um bate-papo com os colaboradores, o líder da dinâmica vai fazer perguntas referentes à higienização do ambiente. Veja alguns exemplos:

- Como é feita a separação do lixo?
- Como fazer o descarte do óleo usado?
- Que produtos usar na limpeza (bancada, piso, cubas, equipamentos etc.)?

Durante a dinâmica, os participantes descreverem como fazem a higienização de cada área e apontam erros que podem estar cometendo. Em seguida, demonstre com imagens e vídeos a maneira correta de se proceder, atentando-se à frequência e aos produtos utilizados.

Tempo de duração: 35 minutos.

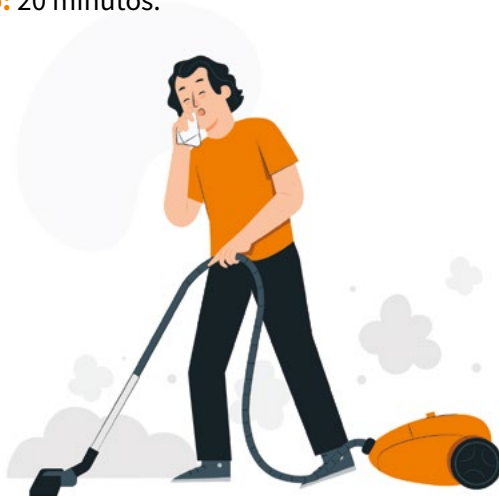
4.6 DINÂMICA 6

Objetivo: conscientizar o higienizador e o público sobre a higiene do ambiente, neste caso do refeitório.

Materiais utilizados: mostradores de papel, plástico e outros materiais.

Metodologia: nas mesas do refeitório, coloque *displays* com a seguinte mensagem: em um lado, estará escrito “higienizado”, e no verso “não higienizado”. O “cliente” fará a sua refeição e, ao terminar, deverá virar o mostrador para o lado “não higienizado”, sinalizando para o higienizador que aquele local precisa ser limpo.

Tempo de duração: 20 minutos.





DINÂMICAS PARA A HIGIENIZAÇÃO DE MÓVEIS E UTENSÍLIOS

Agora abordaremos dinâmicas para a higienização de móveis e utensílios, com objetivo, materiais utilizados, metodologia e duração de tempo. A higienização dos móveis e utensílios deve ser realizada frequentemente, sempre com muita atenção, antes e após do uso dos equipamentos, uma vez que são locais onde podem-se acumular restos de comida, propícios à proliferação de bactérias, além aumentar o risco de contaminações cruzadas.

5.1 DINÂMICA 1

Objetivo: demonstrar a importância da higienização de objetos.

Materiais utilizados: projetor.

Metodologia: por meio de uma palestra, com o uso de imagens de cozinhas, orientar quanto à maneira correta de higienizar cada parte do ambiente, móveis e utensílios para a eliminação da sujeira, dando o exemplo de uma cozinha suja e de outra limpa. Relatando os benefícios de um ambiente limpo e seguro.

Tempo de duração: 20 minutos.

5.2 DINÂMICA 2

Objetivo: mostrar como um alimento pode ser contaminado devido uma má higienização de algum móvel ou utensílio utilizado em sua produção ou manipulação.

Materiais utilizados: tábua de cortar, faca, maçã, abobrinha e farinha de trigo.

Metodologia: corte a abobrinha e em seguida despeje farinha sobre ela para empaná-la. Em seguida retire a abobrinha e na mesma tábua, sem fazer a higienização, corte a maçã que ficará cheia de sujidades advindas da farinha que ainda estava na tábua. Feito isso, pergunte se algum colaborador tem interesse em experimentar a fruta.

Tempo de duração: 30 minutos.

5.3 DINÂMICA 3

Objetivo: relacionar os materiais de limpeza aos procedimentos de higienização dos equipamentos, móveis e utensílios.

Materiais utilizados: uma venda para cobrir os olhos e materiais de limpeza.

Metodologia: disponibilizar material de higienização de móveis e utensílios. Na brincadeira, o participante será vendado e apenas pelo tato vai tentar identificar cada produto de limpeza. Caso adivinhe, terá que falar o que sabe sobre a função do material e a sua importância. Caso não saiba, o responsável pela dinâmica compartilhará as informações, a fim de tornar o aprendizado mais lúdico e descontraído.

Tempo de duração: 30 minutos.

5.4 DINÂMICA 4

Objetivo: memorização das técnicas de higienização de móveis e utensílios.

Materiais utilizados: papel, caneta, materiais de limpeza e produtos de higienização.

Metodologia: em uma folha de papel, escreva os erros mais comuns na prática da higienização de móveis e utensílios. Peça para os colaboradores formarem duplas e sorteie os bilhetes. A dupla participante terá de interpretar a cena descrita. Os demais colaboradores devem adivinhar o erro que está sendo representado pela dupla. A dinâmica pode ser feita no próprio ambiente de trabalho para facilitar a memorização.

Tempo de duração: 35 minutos.

5.5 DINÂMICA 5

Objetivo: ressaltar a importância do uso correto dos utensílios para sua própria manutenção.

Materiais utilizados: utensílios de plástico como jarras, colheres e caixas, e de metal como faca, garfo, panelas.

Metodologia: demonstrar como utensílios plásticos se comportam em ambientes muito quentes, danificam-se caso a temperatura esteja muito alta e contaminam a preparação. Já o metal, por exemplo, não pode ir ao micro-ondas, podendo causar um risco ao patrimônio e ao trabalhador. Em seguida, dirija-se a quem cozinha ou manipula alimentos e fale sobre a necessidade de sempre usar um utensílio novo e limpo caso tenha que experimentar a preparação, a fim de evitar a contaminação biológica do alimento.

Tempo de duração: 20 minutos.



5.6 DINÂMICA 6

Objetivo: revelar a existência de agentes patológicos no ambiente de trabalho e ressaltar a importância da higienização.

Materiais utilizados: para o cultivo de bactérias: 1 pacote de gelatina incolor, 1 xícara de caldo de carne e 1 copo de água. Dissolva a gelatina incolor na água, conforme instruções do pacote e misture com o caldo de carne. Para a experiência: cotonetes, filme plástico, etiquetas adesivas, caneta e duas placas de petri (recipiente achatado, de vidro ou plástico, utilizado para a cultura de micro-organismos). Se não tiver placas de petri, pode-se usar dois potinhos rasos, com o meio de cultura produzido anteriormente, cobrindo-se o fundo.

Metodologia: peça aos colaboradores que passem um cotonete no chão, bancadas e utensílios que não foram higienizados. Depois disso, solicite que o mesmo cotonete seja esfregado levemente sobre o meio de cultura. Tampe as placas de petri ou envolva os potinhos com filme plástico e marque nas etiquetas adesivas o local da coleta. Após a higienização do utensílio, repita a ação com o cotonete, colete amostra do utensílio higienizado passe no meio de cultura e identifique-a com uma etiqueta. Alguns dias depois, observe as alterações e compare. Explique que, ao encontrar um ambiente capaz de fornecer nutrientes e condições para o desenvolvimento, os microrganismos se instalam e crescem a ponto de serem visíveis a olho nu.

Tempo de duração: 40 minutos.



DINÂMICAS 6S (ORGANIZAÇÃO)

Neste capítulo veremos dinâmicas voltadas à organização, utilizando como método a técnica dos 6S. Serão seis dinâmicas subdivididas em objetivo, materiais utilizados, metodologia e tempo de duração. A organização do local de manipulação de alimentos é essencial para que haja uma maior produtividade da equipe e se preserve a qualidade dos produtos. A técnica dos 6s elenca os sentidos de melhoria e tem como objetivo a melhoria no ambiente de trabalho. São seis conceitos a serem seguidos para que se obtenha um local de trabalho mais organizado, limpo, saudável e produtivo: SEIRI – senso de uso, SEITON – senso de organização, SEISOO – senso de limpeza, SEIKETSU – senso de asseio/saúde, SHITSUKE – senso de disciplina, SHIKARI-YARO – disciplina no posto.

6.1 DINÂMICA 1

Objetivo: melhorar a qualidade do trabalho e, consequentemente, aumentar a produtividade.

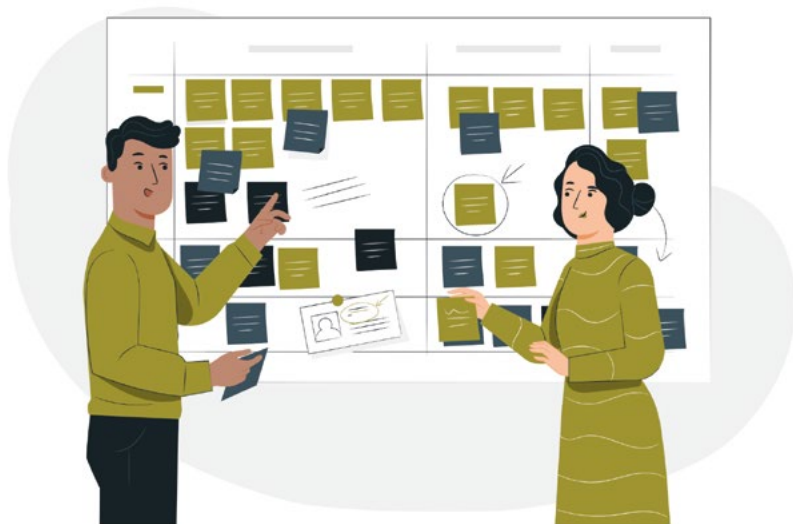
Materiais utilizados: caixas, papel, tesoura e caneta.

Metodologia: apresente o conceito dos 6S, originado pelas seguintes palavras japonesas:

1. **Seiri – senso de utilização:** tornar o ambiente de trabalho o mais útil e o menos poluído possível, tanto visualmente quanto espacialmente.
2. **Seiton – organização:** é preciso manter o ambiente organizado para a realização de atividades. Estabelecer padrões e utilizar ferramentas como painéis, etiquetas e estantes, tornando mais rápido o acesso a equipamentos e ferramentas.
3. **Seiso – limpeza:** a importância da manutenção de um ambiente de trabalho limpo, onde cada membro é responsável pela organização e limpeza de seus equipamentos e da sua área de trabalho.
4. **Seiketsu – padronização:** a busca da padronização das etapas anteriores, criando normas que visam estimular os membros a se comprometerem cada vez mais com a organização e com a limpeza.
5. **Shitsuke – disciplina:** o sucesso da implementação das etapas anteriores e pelo cumprimento e comprometimento dos membros com sua realização.
6. **Shikari-yaro – determinação e união:** prega a participação determinada da alta administração em parceria com a união de todos os funcionários. O exemplo vem de cima. Motivação, liderança e comunicação são a chave deste senso.

Depois de apresentar os seis sentidos, dê para cada participante duas caixas, ambas contendo as mesmas palavras sobre o conceito 6S, uma com os papéis organizados em fileiras e outra desorganizada. Defina as palavras que devem ser encontradas pelos colaboradores em ambas as caixas e delimite um tempo para execução da tarefa. Discuta o resultado com os colaboradores, destacando como a organização no ambiente de trabalho pode otimizar as tarefas e reduzir o tempo de execução.

Tempo de duração: 20 minutos.



6.2 DINÂMICA 2

Objetivo: demonstrar como a organização é importante para um processo de produção mais ágil e sem dependência entre os funcionários.

Materiais utilizados: utensílios de cozinha (faca, tábua e garfo).

Metodologia: teatro – um funcionário na produção utiliza alguns utensílios e, ao terminar, não guarda no lugar certo; minutos depois, esse funcionário passa mal e precisa ir embora. Outro funcionário vem para substituí-lo e não encontra os utensílios desejados, uma vez que não estavam no local onde deveriam estar. Sabendo que seu colega de trabalho se encontra doente e indisponível, continua na busca pelos utensílios, atrasando o processo, gerando reclamações dos clientes devido à espera pelo produto em questão. A partir disso, o aplicador deve demonstrar o quão importante é manter a organização do ambiente; pois, uma vez que esta funcione bem, um funcionário não terá problemas para desenvolver seu trabalho, quando seu colega se encontrar indisponível para auxiliá-lo.

Tempo de duração: 20 minutos.

6.3 DINÂMICA 3

Objetivo: mostrar como a organização no ambiente de trabalho é importante para uma maior produtividade e qualidade.

Materiais utilizados: quadro, pincel e duas caixas de ferramentas.

Metodologia: dois colaboradores participarão; cada um receberá uma caixa de ferramentas. Num quadro, defina quais ferramentas devem ser encontradas pelos funcionários. Uma caixa deve estar organizada, enquanto a outra estará desorganizada. Ambas as caixas, idênticas, vão conter as mesmas ferramentas. Dê alguns segundos para conclusão da tarefa, veja o resultado e discuta com seus colaboradores os conceitos do 6S. Aponte como eles podem otimizar as tarefas em um ambiente de trabalho organizado, que garante melhores condições de vida e facilita o nosso dia a dia.

Tempo de duração: 15 minutos.

6.4 DINÂMICA 4

Objetivo: identificar os erros organizacionais no ambiente de trabalho.

Materiais utilizados: planilhas de checagem organizacional para cada setor da empresa.

Metodologia: selecione pessoas dos diferentes setores de produção da empresa, dê a cada participante uma planilha de checagem organizacional de um setor diferente do qual ela trabalha. Cada pessoa vai atuar como um auditor, fiscalizando o ambiente de trabalho de seus colegas. O setor que tiver menos itens pontuados na checagem pode receber algum prêmio simbólico para ser dividido entre os seus funcionários.

Tempo de duração: 40 minutos.

6.5 DINÂMICA 5

Objetivo: aperfeiçoar aspectos como organização, limpeza e padronização.

Materiais utilizados: folha de papel, impressora e fita adesiva.

Metodologia: forme um círculo com os participantes da dinâmica. Fixe nas costas dos participantes a folha de papel com uma imagem impressa. Para cada indivíduo, o objeto terá de ser diferente como, por exemplo, a imagem de uma caneta, de um grampeador, de uma régua ou de um lápis. Posteriormente, sorteie para cada indivíduo o objeto que foi colocado nas suas costas e peça para que procure em seus colegas. Quando todos terminarem de localizar, será nítida a dificuldade de alguns em encontrar o seu objeto. Por fim, inicie uma conversa com os colaboradores da dinâmica e informe-os da importância dos 6S e como a sua aplicação traz mais produtividade, em razão da redução do tempo gasto procurando por objetos, reduz despesas e melhora o aproveitamento dos materiais, melhora a qualidade dos produtos e serviços prestados, diminui o número de acidentes de trabalho e aumenta a satisfação das pessoas no ambiente laboral.

Tempo de duração: 25 minutos.

6.6 DINÂMICA 6

Objetivo: tornar o ambiente de trabalho mais útil e menos poluído, tanto visualmente quanto espacialmente.

Materiais utilizados: computador e projetor.

Metodologia: distribua números de 1 a 99, de maneira aleatória, e projete-os para o conjunto de colaboradores. Delimite 25 segundos para que encontrem, mentalmente e individualmente, a sequência de números de 1 a 49, em ordem crescente. Os colaboradores terão bastante dificuldade em encontrar os números. Na fase seguinte, exclua os números de 50 a 99, que são números desnecessários para a tarefa que seus colaboradores têm pela frente. O processo de organização dos números em sequência melhora, mas também não se mostrará suficiente. Na terceira fase, os números de 1 a 49, que estão desordenados, são divididos em quadrantes, tornando o processo mais organizado. Assim, a tarefa ficará mais fácil de ser cumprida, mostrando a importância de manter uma boa organização com a utilização dos 6S.

Tempo de duração: 10 minutos.



DINÂMICAS 5R DA SUSTENTABILIDADE: REPENSAR, REDUZIR, REUTILIZAR E RECICLAR

Este capítulo aborda dinâmicas para o uso dos 5Rs da sustentabilidade, contendo 6 dinâmicas. Pretende-se mostrar a importância de se gerenciar os processos de produção, integrando-o à sustentabilidade e à gestão ambiental. **Reduzir** ao máximo a geração de resíduos e o desperdício de matérias-primas, fazendo, por exemplo, o aproveitamento integral dos alimentos. **Restaurar** traz a ideia de aumentar a vida útil dos materiais e equipamentos, por meio do uso adequado e da manutenção preventiva. **Reutilizar** materiais que normalmente seriam descartados, ou enviá-los para reciclagem, dando a cada um o destino correto. **Reeducar** consiste em considerar os processos ou atitudes já estabelecidas e repensar a necessidade de mudança de hábitos, tornando-os mais saudáveis e sustentáveis. **Recusar**: devemos pensar em adquirir apenas aquilo de que realmente precisamos.

7.1 DINÂMICA 1

Objetivo: conceituar os 5Rs da sustentabilidade para minimizar os impactos negativos e maximizar os impactos positivos do ato de consumo.

Materiais utilizados: quadro branco e caneta para quadro.

Metodologia: exposição dos conceitos a seguir:

1. **Repensar:** reflita sobre os seus atos de consumo e a respeito dos seus impactos sobre você mesmo, a economia, as relações sociais e a natureza.
2. **Reduzir:** consuma apenas o necessário, reduzindo a demanda por recursos naturais e a geração de lixo.
3. **Reutilizar:** é aumentar a vida útil de um produto ou material.
4. **Restaurar:** significa repor em bom estado, reparar e consertar.
5. **Recusar:** devemos pensar em adquirir apenas aquilo de que realmente necessitamos.

Questione as práticas do cotidiano dos funcionários da empresa ou do pessoal que se relaciona com ela quanto aos conceitos abordados. Para finalizar, com intuito de incentivar a prática dos novos conceitos, faça a pergunta: “Como podemos melhorar nossas atitudes agora que conhecemos bem os 4R?”. Fique aberto a sugestões para o ambiente de trabalho.

Tempo de duração: 15 minutos.

7.2 DINÂMICA 2

Objetivo: enfatizar como o R de **reduzir** pode colaborar com a empresa, evitando desperdícios e auxiliando na economia.

Materiais utilizados: computador e projetor.

Metodologia: apresente dois tipos de imagens de estoques. Uma mostrando um estoque lotado de produtos, com vários

itens repetidos e colocados de qualquer maneira nas prateleiras. Outra apresentando um estoque com um número de produtos adequado para o espaço, sem exageros e organizados por datas (os que vencem antes dispostos na frente, permitindo o fácil acesso a eles). Ressalte que ambos os estoques são para empresas com a mesma quantidade de clientes. O primeiro estoque apresentado, além da sobrecarga de produtos, não dispõe os itens de forma organizada, o que pode levar os funcionários a utilizarem produtos com prazo de validade maior, deixando vencer o prazo de outros. Além disso, o 2º estoque mostrado tem todo o material necessário para um bom intervalo de tempo, suprimindo as necessidades da empresa para a produção e evitando que produtos vençam e tenham que ser descartados. Quando um produto é jogado fora, além da perda financeira, há a necessidade de repor o produto descartado. A partir dessa dinâmica, podemos ressaltar também a importância da organização e os 6S para evitar tais impasses.

Tempo de duração: 15 minutos.

7.3 DINÂMICA 3

Objetivo: promover a sustentabilidade e ajudar a preservar o meio ambiente.

Materiais utilizados: fita adesiva, cartolinas e canetas.

Metodologia: em uma cartolina, escreva as seguintes frases com letras grandes:

1. **Repensar:** reflita sobre os seus atos de consumo e a respeito dos impactos deles sobre você mesmo, a economia, as relações sociais e a natureza.
2. **Reduzir:** consuma apenas o necessário, reduzindo a demanda por recursos naturais e a geração de lixo.
3. **Reutilizar:** é aumentar a vida útil de um produto ou material.
4. **Reciclar:** não misture o lixo comum com os materiais recicláveis, e encaminhe-os para reciclagem.
5. **Recusar:** devemos pensar em adquirir apenas aquilo de que realmente necessitamos.

Depois disso, recorte as palavras de cada uma das definições, cole-as em um mural ou parede de forma aleatória. Embaralhe as palavras de apenas um conceito, não misture as diferentes frases. Organize os colaboradores em pequenos grupos. Cada grupo deve descobrir o significado de cada “R” do Consumo Consciente, organizando em frases inteligíveis as palavras embaralhadas. A seguir, a equipe deve escrever abaixo de cada “R” alguma prática que já tenha ou que pretenda adotar relacionada ao conceito.

Tempo de duração: 20 minutos.

7.4 DINÂMICA 4

Objetivo: evidenciar as vantagens do consumo consciente, utilizando o conceito dos 5R.

Materiais utilizados: materiais e embalagens que podem ser reciclados ou reutilizados.

Metodologia: demonstrar como cada produto ou embalagem tem um destino correto, explicando o processo de descarte e reciclagem. Enquanto fala das vantagens de se usar os conceitos dos 5R: redução no consumo de energia; a reciclagem gera renda e trabalho para muitas pessoas; redução no consumo de recursos naturais; aumento na vida útil dos aterros sanitários; redução no custo de produção de novos produtos, com a utilização de matéria-prima reciclada; criação de produtos artesanais; redução da poluição da natureza, principalmente do solo e da água.

Tempo de duração: 15 minutos.

7.5 DINÂMICA 5

Objetivo: cuidado com meio ambiente e promoção da sustentabilidade.

Materiais utilizados: nenhum.

Metodologia: para a realização dessa dinâmica, antes de mais

nada, será necessário explicar os 5R. Depois, em um local aberto, em um círculo, sentados ou de pé, os participantes devem ser convidados a levantar um problema que a falta da aplicação dos 5R (Reduzir, Reutilizar, Reciclar, Recusar e Reparar) pode gerar no ambiente de trabalho. Cada um deve ser convidado a refletir sobre a questão e pensar na sua solução. Em seguida, o participante deve compartilhar a solução proposta e justificar porque ela seria adequada. Os demais devem interagir e expor suas sugestões para melhorar a ideia. Enquanto isso, alguém de fora pode gravar a dinâmica e registrar as sugestões, que podem ser utilizadas pelas próprias pessoas para melhorar sua qualidade de vida.

Tempo de duração: 25 minutos.

7.6 DINÂMICA 6

Objetivo: exemplificar como pode ser feita uma redução dos recursos utilizados, fazendo com que entendam o conceito e a prática dos 5R.

Materiais utilizados: dois utensílios de cozinha, uma esponja, sabão e uma pia com água.

Metodologia: feche a pia e peça para que um colaborador lave dois utensílios (copo, prato etc.). Na primeira vez, deixando a torneira aberta desde o início da prática até o seu final. Na segunda, repetindo a lavagem da louça, só que fechando a torneira nos momentos em que a água não é necessária, na hora de ensaboar, por exemplo. Depois disso, compare a quantidade de água acumulada em cada forma de lavagem. Pode ser feita a medição do nível de água acumulada em cada parte da prática para se obter dados exatos e mostrá-los aos funcionários, fazendo com que percebam a diferença. De forma prática, notarão a importância de tomar os devidos cuidados com relação ao gasto de recursos.

Tempo de duração: 15 minutos.



DINÂMICAS PARA O USO DE EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPIs)

Neste capítulo, abordaremos seis dinâmicas que ressaltam a importância do uso correto dos Equipamentos de Proteção Individual. O EPI é utilizado para proteger os profissionais individualmente, reduzindo qualquer tipo de ameaça ou risco para o trabalhador. As atividades buscam conscientizar os trabalhadores quanto à importância dos EPIs na prevenção de acidentes de trabalho, ao reconhecimento dos riscos e as possibilidades de acidentes. A atividade propiciará as condições mínimas necessárias para que o trabalhador possa colaborar ativamente na prevenção e na manutenção da sua integridade física no ambiente profissional em que está inserido.

8.1 DINÂMICA 1

Objetivo: explicar os riscos que ameaçam a segurança e a saúde do trabalhador e como uso de EPIs pode evitar e/ou atenuar a gravidade das possíveis lesões no ambiente de trabalho.

Materiais utilizados: projetor e equipamentos de proteção individual.

Metodologia: apresente a função de cada equipamento de proteção, destacando os benefícios do seu uso em cada possível risco. Após a apresentação, proponha um jogo: divida os colaboradores em grupos, com um representante por equipe, e posicione próximo aos participantes diversos equipamentos de proteção individual. A equipe que colocar a maior quantidade de EPIs de maneira correta em seu representante no menor tempo ganha.

Tempo de duração: 25 minutos.

8.2 DINÂMICA 2

Objetivo: demonstrar como o não uso de EPIs pode prejudicar a versão final da preparação.

Materiais utilizados: dois calçados, dois aventais, duas máscaras, duas toucas e quatro luvas.

Metodologia: teatro – duas pessoas se vestem como funcionários e simulam a produção de algum alimento. Um deles corta o produto e o outro empacota. Em seguida, o empacotador, de barba e que está com a proteção abaixo do queixo, antes de colocar o produto dentro do pacote, coça a sua barba e mexe nela – de modo a demonstrar que pelos seus podem ter ido parar no alimento que está sendo manipulado. Se assim desejar, ao final do procedimento, o aplicador da dinâmica pode expor o pacote em questão para que os profissionais observem a contaminação na composição do produto.

Tempo de duração: 15 minutos.

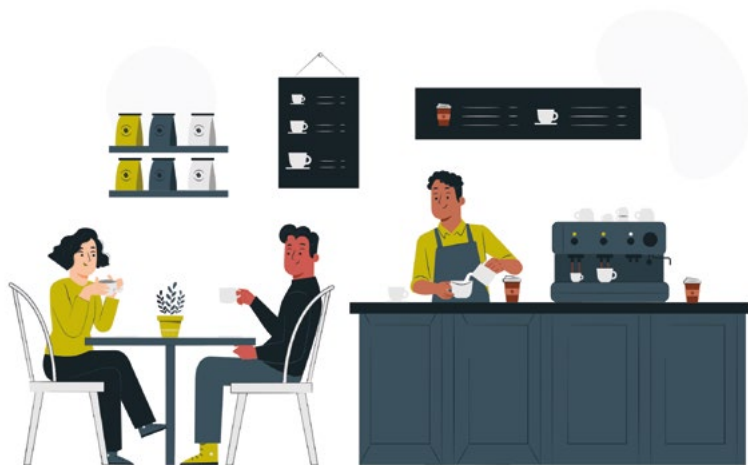
8.3 DINÂMICA 3

Objetivo: reforçar a importância do uso de EPIs no ambiente de trabalho.

Materiais utilizados: papel, caneta e caixa.

Metodologia: separe os colaboradores em grupos. Em uma caixa, coloque o nome dos EPIs utilizados no cotidiano da empresa e embaralhe. O representante de cada equipe deve retirar da um papel com o nome de um EPI. Determine um limite de tempo para que o representante do grupo faça uma mímica, a fim de que os membros do grupo adivinhem de qual equipamento se trata. Ao descobrir qual o EPI, a equipe deve falar sobre a importância desse equipamento no dia a dia e dar algum depoimento sobre a importância do seu uso.

Tempo de duração: 25 minutos.



8.4 DINÂMICA 4

Objetivo: garantir a saúde e a proteção do trabalhador, evitando assim que ele sofra as consequências de algum tipo de acidente em seu posto de trabalho.

Materiais utilizados: folhas de papel sulfite (A4)

Metodologia: distribua folhas de papel (de preferência folhas usadas, não amassadas, que possam ser reaproveitadas) aos colaboradores e explique que a folha representa o colaborador e ela está intacta. Em seguida, peça para amassar a folha. Depois, solicite aos participantes que desamassem o papel. Quanto todos tiverem desamassado a folha de papel, faça ao grupo a seguinte pergunta: “Vocês conseguem pegar essa folha amassada e deixá-la como ela era antes?”. Os colaboradores, obviamente, dirão que não. Então, o aplicador da dinâmica concluirá a prática com a seguinte fala: “É isso o que acontece num acidente de trabalho; muitas vezes, por falta de atenção ou pela ausência de um único EPI, um acidente no trabalho pode causar danos irreversíveis. Pense que, ao ir trabalhar, você deixou em casa pessoas que ama e que te amam, e esperam a sua volta saudável para casa. Por isso, preste atenção e utilize os EPIs”.

Tempo de duração: 10 minutos.

8.5 DINÂMICA 5

Objetivo: conscientizar os colaboradores sobre suas responsabilidades quanto ao uso correto dos EPIs.

Materiais utilizados: caixa e espelho.

Metodologia: coloque um espelho dentro de uma caixa que caiba o rosto de uma pessoa. Fixe a caixa na parede. Logo acima, cole uma mensagem chamativa. Exemplo: “Veja aqui o maior responsável pela segurança no trabalho”. Prepare algum material escrito ou fique ao lado das caixas e ressalte a importância da colaboração de todos no que se refere à segurança no trabalho. Por mais que a empresa faça investimentos em EPIs e em melhorias internas, isso de nada valerá se os funcionários não abraçarem a causa.

Tempo de duração: 15 minutos.

8.6 DINÂMICA 6

Objetivo: avaliar os riscos do uso incorreto de aventais.

Materiais utilizados: dois pedaços de tecido, um de algodão e outro sintético.

Metodologia: utilizar dois pedaços de tecido (um de algodão e outro sintético) para representar o material dos aventais. Expor ao fogo as duas amostras. A de tecido sintético derrete de maneira instantânea, podendo trazer riscos de queimaduras. Já o tecido de algodão leva mais tempo para queimar, o que reduz os riscos de consequências mais graves em caso de um acidente. Por fim, termine frisando a importância do uso dos EPIs.

Tempo de duração: 15 minutos.



DINÂMICAS PARA CONTAMINAÇÃO CRUZADA

Neste capítulo, sugerimos seis dinâmicas para identificar e evitar a contaminação cruzada. Impedir a ocorrência de contaminação cruzada tem como objetivo produzir alimentos seguros, respeitando todas as etapas de produção para evitar a transferência de microrganismos causadores de doenças de um alimento ou equipamento contaminado para um outro alimento pronto para o consumo.

9.1 DINÂMICA 1

Objetivo: conscientizar sobre os riscos da contaminação cruzada.

Materiais utilizados: cola com *glitter*, tábua, luvas descartáveis, faca e bombom.

Metodologia: teatro – o representante veste luvas descartáveis falando aos participantes que agora será apresentado o modo de manipulação do bombom. Sem que os participantes notem, coloca um pouco de cola com *glitter* nas mãos e simula um espirro, protegendo o nariz e boca com as mãos. Após espirrar, ele deve esfregar uma mão na outra e dizer: “Vamos ao trabalho!”. As mãos cheias de *glitter* devem ser mostradas aos participantes. Nesse momento, o facilitador deve pegar a tábua, abrir e cortar o bombom com a faca, e oferecer aos participantes. O objetivo é que todo o *glitter* da cola se espalhe para os demais materiais (tábua, faca e bombom). Alerta aos participantes que, ao espirrar de modo incorreto ou tocar em algo contaminado, as mãos são o veículo que propaga a contaminação.

Tempo de duração: 15 minutos.

9.2 DINÂMICA 2

Objetivo: conscientizar sobre contaminação cruzada.

Materiais utilizados: tinta invisível e lâmpada UV.

Metodologia: coloque tinta invisível nas mãos e prepare uma receita, mostrando o passo a passo. Os participantes não vão perceber que ocorreu a contaminação (não lave as mãos nem os utensílios ao usá-los na manipulação dos alimentos). Após o preparo, ofereça o alimento a um dos participantes. Antes que ele experimente, ligue a lâmpada UV – assim, todos verão as marcas de contaminação nos alimentos.

Tempo de duração: 20 minutos.

9.3 DINÂMICA 3

Objetivo: demonstrar como a higiene pessoal pode evitar uma contaminação.

Materiais utilizados: duas maçãs e duas peras, água, farinha de trigo, dois pares de luvas descartáveis.

Método: molhe as maçãs e passe-as na farinha de trigo. Em seguida, duas pessoas usando luvas farão uma encenação. Cada uma delas, usando as duas mãos, vai segurar uma maçã com farinha e depois vai pegar as peras. Uma vai higienizar as mãos (pode até trocar de luva) antes de manipular a pera. A outra, simplesmente, não. Depois, ambas mostrarão como ficaram as peras, fazendo com que percebam a importância da higienização entre a manipulação de diferentes alimentos para que não ocorra a contaminação.

Tempo de duração: 15 minutos.

9.4 DINÂMICA 4

Objetivo: evitar a contaminação cruzada.

Materiais utilizados: tinta invisível e lâmpada UV.

Metodologia: antes de começar a palestra, sem que ninguém veja, passe nas mãos ou nos utensílios tinta invisível para luz negra. Converse de uma maneira descontraída sobre o tema de contaminação cruzada com os colaboradores e no decorrer da palestra toque as pessoas e/ou cumprimente-as com as mãos contaminadas. Depois de algum tempo, passe a luz negra para mostrar aos participantes, que eles nem imaginavam, mas estavam sendo “contaminados”. Ao finalizar, pergunte o que acharam dessa dinâmica, se esperavam por esse resultado e oriente-os a evitar esses problemas.

Tempo de duração: 20 minutos.

9.5 DINÂMICA 5

Objetivo: demonstrar os riscos da contaminação cruzada na distribuição.

Materiais utilizados: computador, projetor, fotos das consequências para quem tem alergias e intolerâncias; utensílios de cozinha como faca, garfo e colher.

Metodologia: ao servir as refeições, utilizamos utensílios para fazer o porcionamento. Na maioria das Unidades de Alimentação Coletiva, há grupos com alergias, intolerância a determinados tipos de alimentos. Por isso, devemos estar atentos. Um dos fatores de contaminação são os utensílios. Às vezes, na correria do dia a dia, os colaboradores acabam cometendo o erro de usar a mesma colher, faca, garfo para servir. O intuito é mostrar as consequências de uma contaminação por meio desses utensílios. Para que isso não ocorra, deve-se seguir

alguns passos: 1. Separe as refeições “especiais” das “livres”; sirva primeiro as livres, logo após as especiais. 2. Caso seja um *buffet*, as preparações “especiais” podem ficar armazenadas no *pass-through*, assim não ocorrerá a contaminação.

Tempo de duração: 20 minutos.

9.6 DINÂMICA 6

Objetivo: mostrar como ocorre a contaminação cruzada.

Materiais utilizados: *glitter* de cores diferentes (ao menos 5 cores), uma bola de massa crua (pode ser feita apenas com farinha e água).

Metodologia: peça aos colaboradores que formem um círculo. Cada participante deve escolher uma cor de *glitter* e passar nas mãos. Com a massa crua, faça a brincadeira da “batata quente”. Depois de um tempo, mostre a massa “contaminada” com várias cores pelo *glitter*. Faça uma explanação sobre os perigos da contaminação cruzada.

Tempo de duração: 15 minutos.



DINÂMICAS PARA A HIGIENIZAÇÃO DE HORTIFRÚTIS

Este capítulo aborda a questão da higienização de folhas, legumes e frutas, em seis dinâmicas, com objetivo, materiais utilizados, metodologia e tempo de duração. O processo de higienização do hortifrúti deve seguir corretamente as etapas de seleção, pré-lavagem, lavagem, desinfecção e enxágue. O processo é realizado considerando as características de cada alimento, visando eliminar ou reduzir os níveis de microrganismos que comprometem a segurança do alimento.

10.1 DINÂMICA 1

Objetivo: reforçar as etapas da higienização de hortifrúti.

Materiais utilizados: cartaz com imagens impressas ou projetor de fotos.

Metodologia: jogo dos sete erros – exponha uma sequência de etapas em que falte um dos passos (como a primeira lavagem em água corrente, por exemplo), e um erro em cada uma das etapas representadas nos desenhos ou fotografias. Delimite um tempo para que o grupo encontre os erros. Exemplo: coloque a pessoa sem touca e com brincos, exiba um produto de higienização clandestino, deixe os tomates boiando, sem afundar totalmente, mostre que passou apenas 2 minutos no relógio, entre outros problemas.

Tempo de duração: 20 minutos.

10.2 DINÂMICA 2

Objetivo: demonstrar as etapas da higienização de hortifrúti.

Materiais utilizados: bacia, hortifrúti, água, colher e cloro ativo.

Metodologia: ensine a higienização dos hortifrúti: lave em água corrente para eliminação de resíduos e sujidades aparentes. Em seguida, faça uma solução clorada 1 litro de água para uma colher de sopa (8ml) de cloro ativo (veja na embalagem se o produto está apto a ser usado em alimentos). Deixe os hortifrúti imersos na solução por 10 minutos. Depois, lave-os novamente em água corrente. Finalizada a lavagem, faça a seguinte pergunta: “Como você lava o seu hortifrúti?”. E ouça quais os métodos são usados por eles, provocando assim um debate entre os participantes.

Tempo de duração: 30 minutos.

10.3 DINÂMICA 3

Objetivo: reforçar as etapas da higienização de hortifrúti.

Materiais utilizados: bacias, hortifrúti para exemplo e hipoclorito.

Metodologia: em um recipiente coloque água e no outro hipoclorito (caso o sanitizante seja pó, use sal) e diga aos colaboradores que são os mesmos, faça as etapas da higienização em ambos os recipientes. Ao finalizar, mostre que os produtos eram diferentes. Reforce os cuidados e a necessidade de atenção na hora de higienizar os alimentos.

Tempo de duração: 20 minutos.

10.4 DINÂMICA 4

Objetivo: frisar que existem casos em que o hortifrúti deve ser descartado.

Materiais utilizados: computador e projetor.

Metodologia: primeiramente, passe um vídeo rápido com os passos da higienização de hortifrúti. Depois, explique que, em alguns casos, o produto deve ser descartado. Alimentos contaminados e/ou estragados podem causar problemas à saúde, como intoxicações alimentares. Como exemplo, mostre imagens de alimentos que não devem ser utilizados em preparos; alimentos podres, com fungos, folhas manchadas etc.

Tempo de duração: 20 minutos.

10.5 DINÂMICA 5

Objetivo: capacitar os participantes na higienização dos alimentos.

Materiais utilizados: purpurina, garrafa pet, frutas ou legumes, cloro, vinagre ou outras substâncias comumente utilizadas para higienização.

Metodologia: o facilitador solicita a dois voluntários que demonstrem o método usado para higienizar hortifrúti. Em seguida, abre-se a discussão sobre os vários processos apresentados para que seja, então, introduzida a maneira correta de higienização. Nesse momento, explica-se a diferença entre lavagem, desinfecção e higienização, que podem ser feitas da seguinte maneira: separa-se duas garrafas pet, que devem ser cortadas na parte superior, com abertura suficiente para a introdução de uma fruta (uma laranja, por exemplo). Uma das garrafas é utilizada para demonstrar o efeito da lavagem com água apenas e a outra com o sanitizante. Para uma melhor visualização desse processo, utiliza-se uma laranja com purpurinas grudadas na casca: na lavagem apenas com água, o microrganismo (as purpurinas) continua na fruta. Já na desinfecção com sanitizante, vemos uma laranja livre da purpurina, que vai para o fundo da garrafa. Assim, mostramos que o microrganismo está morto e a fruta está isenta de contaminantes. Avalia-se, por meio de uma discussão com os participantes, o processo anteriormente utilizado para a higienização dos alimentos e o processo apresentado na dinâmica. Nessa discussão, busca-se o conteúdo apreendido e registram-se os pontos positivos e negativos apresentados no processo.

Tempo de duração: 25 minutos.

10.1 DINÂMICA 6

Objetivo: analisar a higienização de hortifrúti dos colaboradores.

Materiais utilizados: hortifrúti e materiais para sua higienização.

Metodologia: divida os funcionários em dois grupos e disponibilize uma bancada com os alimentos e materiais para higienização. Em seguida, sorteie um grupo para iniciar a higienização, enquanto o outro grupo espera em outro local. Um grupo não deve ver a higienização feita pelo outro. Depois, o segundo grupo deve realizar a higienização com os mesmos alimentos e materiais. Ao final, reúna a equipe e levante os erros e acertos dos dois grupos, demonstre a maneira correta de fazer a higienização e enfatize a importância de todas as etapas.

Tempo de duração: 30 minutos.





DINÂMICAS PARA A COLETA DE AMOSTRA

Neste capítulo, por meio de seis dinâmicas, será abordada a questão da coleta de amostras, procedimento que auxilia no controle epidemiológico das Doenças Transmitidas por Alimentos (DTAs), no caso de reclamação dos consumidores, além de cumprir obrigações legais do estabelecimento.

11.1 DINÂMICA 1

Objetivo: frisar a importância da coleta correta de amostra.

Materiais utilizados: *slides* com questões e plaquinhas com a letra **F** (falso) e **V** (verdadeiro).

Metodologia: o responsável pela dinâmica passará um quis no *data-show* com questões relacionadas à maneira correta de coletar amostras. Depois da apresentação, cada colaborador irá responder, utilizando duas placas, sendo uma com a letra F (falso) e outra com a letra V (verdadeiro). Na finalização desta dinâmica, o funcionário que obtiver mais acertos ganhará um prêmio (chocolate, por exemplo).

Exemplos de questões para o QUIZ:

1: Deve-se identificar as embalagens higienizadas ou sacos esterilizados ou desinfetados com o nome do estabelecimento, nome do produto, data, horário e nome do responsável pela coleta. VERDADEIRO ou FALSO?

R: Sim, é necessário identificar a amostra.

2: Ao abrir a embalagem ou o saco, podemos tocá-lo internamente e soprá-lo para facilitar a abertura da embalagem. VERDADEIRO ou FALSO?

R: Não se pode tocá-lo internamente ou assoprá-lo.

3: Alimentos que foram distribuídos sob refrigeração devem ser guardados no máximo a 4°C, por 24 horas. VERDADEIRO ou FALSO?

R: O período de 72 horas.

4: É necessário fazer a higienização das mãos antes de iniciar o procedimento. VERDADEIRO ou FALSO?

R: Sim. É importante manter as mãos sempre higienizadas.

5: Alimentos que foram distribuídos quentes devem ser guardados sob congelamento a -18°C por 72 horas. VERDADEIRO ou FALSO?

R: O período é de 72 horas.

6: A amostra do alimento para coleta deve ter no mínimo de 100 gramas. VERDADEIRO ou FALSO?

R: Correto.

7: Não é necessário que se faça a coleta de amostra diariamente. VERDADEIRO ou FALSO?

R: Para que a Vigilância Sanitária e a Vigilância Epidemiológica possam realizar as análises dos alimentos suspeitos é preciso que o estabelecimento realize diariamente a coleta de amostras de todos os alimentos servidos no local.

Tempo de duração: 20 minutos.

11.2 DINÂMICA 2

Objetivo: mostrar a importância da coleta de amostras e o seu armazenamento.

Materiais utilizados: vídeos e notícias, computador e projetor.

Metodologia: mostre vídeos de surtos alimentares para ressaltar o problema de saúde pública que, realmente, afeta a vida das pessoas do lado de fora dos restaurantes. Faça uma demonstração ou passe vídeos com o passo a passo de uma coleta correta de amostra e os critérios para o devido armazenamento. A coleta é exigida pela Vigilância Sanitária para o caso de haver algum surto ou a suspeita de contaminação, a fim de se fazer, posteriormente, uma análise dos alimentos servidos.

Tempo de duração: 10 minutos.

11.3 DINÂMICA 3

Objetivo: demonstrar como coletar amostras e qual o momento ideal da fazê-la.

Materiais utilizados: computador e projetor.

Método: pergunte aos participantes em que horário do dia eles acham que deve ser feita a coleta das amostras. Depois, passe um vídeo, explicando os passos no processo de coleta de amostras e responda à pergunta feita no início da dinâmica. Informe os prejuízos da coleta feita incorretamente, uma vez que as amostras são a forma de o estabelecimento comprovar suas boas práticas e assegurar a qualidade dos alimentos servidos.

Tempo de duração: 10 minutos.

11.4 DINÂMICA 4

Objetivo: reforçar a importância da coleta correta das amostras.

Materiais utilizados: uma cartolina, folhas pequenas coloridas, pincéis para desenho e fita gomada.

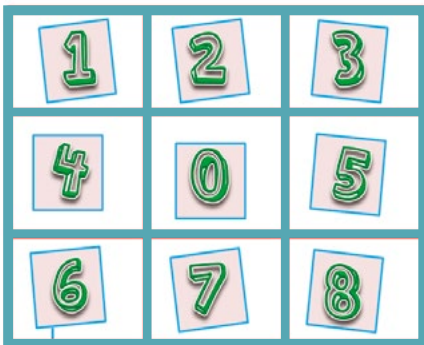
Metodologia: fale sobre a coleta de amostra e destaque que ela é a única forma do estabelecimento comprovar inocência – em caso de reclamação – e que o Controle de Qualidade está realmente assegurando as propriedades dos alimentos servidos. Após o término, faça o desenho do jogo da velha no cartaz, conforme o quadro abaixo. Escreva os números em pequenos quadrados e, no verso, uma pergunta sobre a coleta de amostra. Cole suavemente com fita no centro de cada quadrado. Divida os colaboradores em duas equipes e fixe o jogo da velha na parede. Um grupo por vez, escolhe um número e o retira do quadrado. Se o grupo responder à pergunta corre-

tamente, marca no jogo da velha. Caso o grupo erre a resposta ou não saiba, deve passar a pergunta para o outro grupo; se esse responder corretamente, marca o ponto e ainda continua na vez. O grupo que conseguir fechar três pontos um dos lados, ganha.

Tempo de duração: 20 minutos.

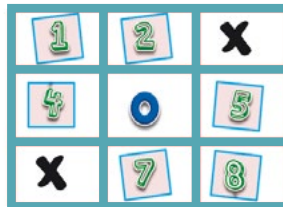
FORME DOIS GRUPOS

Grupo 1 **X** Grupo 2 **O**

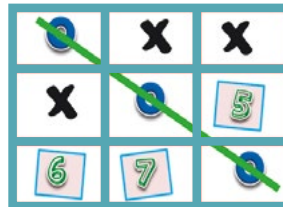


Cada número contém uma pergunta sobre a dinâmica apresentada.

Os grupos, um por vez, escolhem um número, retiram o papel correspondente e respondem à pergunta contida nele. Se responder corretamente, o grupo marca ponto!



Ganha o grupo que conseguir responder às perguntas corretamente e fechar os três pontos em qualquer um dos lados.



11.5 DINÂMICA 5

Objetivo: ressaltar a importância da identificação correta das amostras.

Materiais utilizados: amostras congeladas dos alimentos, folhas de papel e caneta.

Metodologia: distribua papel e caneta aos colaboradores, apresente as amostras e peça que eles façam a identificação visual de cada uma. Eles devem dizer qual é o tipo de alimento de cada amostra, o dia e o turno em que foram coletados etc. Depois que eles escreverem o que cada um acha das amostras, apresente uma amostra devidamente etiquetada para que eles vejam a importância da identificação das amostras.

Tempo de duração: 10 minutos.



11.6 DINÂMICA 6

Objetivo: identificar os erros em uma coleta de amostras.

Materiais utilizados: folhas de papel, canetas e materiais utilizados na coleta de amostras.

Metodologia: distribua papel e caneta e peça para cada participante avaliar a demonstração a ser feita em seguida. Então, uma pessoa demonstrará uma coleta de amostras, cometendo vários erros (não identificar as amostras, não higienizar as mãos, não higienizar a tesoura de cortar os saquinhos de amostras, soprar dentro dos saquinhos de amostras, colocar a mão dentro dos saquinhos, falar a temperatura errada em que as amostras vão ficar armazenadas, por exemplo). Ao final, solicite que cada participante leia a sua avaliação. Verifique se todos os erros foram identificados. Refaça a demonstração, agora da forma correta de coleta das amostras para fixar a aprendizagem.

Tempo de duração: 15 minutos.



DINÂMICAS PARA HIGIENIZAÇÃO DE MÃOS

Neste capítulo, abordaremos algumas dinâmicas relacionadas à higienização das mãos, para mostrar, em seis dinâmicas, a importância de manter as mãos sempre bem limpas. As mãos estão diretamente envolvidas em todas as atividades que exercemos, como lidar com dinheiro, na preparação das comidas, ao abrir e fechar uma porta. Existem milhões de micro-organismos em nossas mãos, inclusive os patogênicos, nocivos à saúde. Por isso, o simples ato de lavar as mãos é fundamental para evitar as contaminações.

12.1 DINÂMICA 1

Objetivo: reforçar atenção na higienização das mãos.

Materiais utilizados: tinta guache.

Metodologia: peça para um voluntário fechar os olhos e lavar as mãos, sem saber que o “sabonete” que usará é a própria tinta. Isso vai mostrar as partes da mão em que o sabão não toca, ou seja, que não são higienizadas de forma correta. Após a dinâmica, relembra os passos para a lavagem correta de mãos, frisando a importância dessa prática.

Tempo de duração: 15 minutos.

12.2 DINÂMICA 2

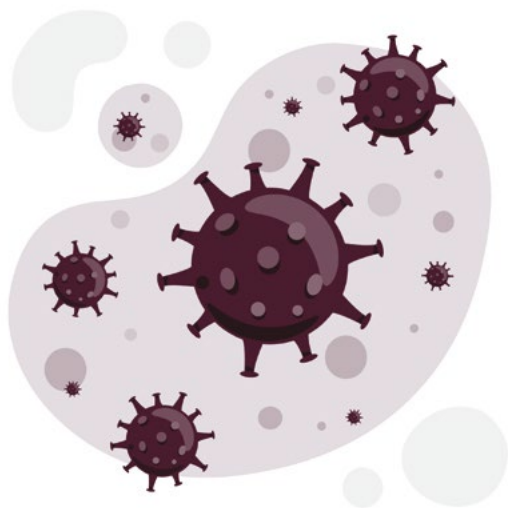
Objetivo: ressaltar a importância da higienização das mãos.

Materiais utilizados: pimenta do reino, prato de plástico descartável, água, detergente.

Metodologia: para mostrar de forma simples e didática a importância de lavar as mãos, será usado um prato fundo, com água, e uma porção generosa de pimenta-do-reino, que fará o papel de vírus, espalhando-se rapidamente por aí. Mergulhe a ponta de um dos dedos na mistura e mostre como o vírus contamina as pessoas. Em um recipiente menor, coloque detergente e mergulhe o dedo sujo ali. A maior parte das impurezas deve ficar no recipiente do detergente, o que prova seu poder contra o “vírus”. Oriente o participante a voltar o dedo no prato inicial e ele verá que todas as partículas de pimenta se afastam rapidamente do ponto de contato. Após o exercício, relembre os passos para a lavagem correta.

1. Molhar as mãos com água;
2. Aplique na palma das mãos a quantidade suficiente de sabão líquido para cobrir todas as superfícies das mãos;
3. Ensaboe as palmas das mãos, friccionando-as entre si;
4. Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda, entrelaçando os dedos e vice-versa;
5. Entrelace os dedos e friccione os espaços interdigitais;
6. Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando com os dedos, com movimentos de vai e vem e vice-versa;
7. Esfregar o polegar direito, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se do movimento circular e vice e versa;
8. Friccione as polpas digitais e unhas da mão esquerda, fazendo movimentos circulares e vice-versa;
9. Enxague bem as mãos com água;
10. Seque as mãos com papel toalha descartável;
11. Em torneiras com contato manual para fechamento, utilize papel toalha descartável;
12. Agora suas mãos estão seguras.

Tempo de duração: 20 minutos.



12.3 DINÂMICA 3

Objetivo: desmistificar suposições sobre a higienização das mãos.

Materiais utilizados: placas de Verdadeiro ou Falso.

Método: distribua as placas de Verdadeiro e Falso aos colaboradores. Leia uma suposição de cada vez e peça para que levantem a plaquinha de Falso ou Verdadeiro e deixe aberto para um rápido debate entre os participantes. Depois, revele a resposta correta. Sugestões de suposições:

Devo retirar joias e relógio durante a higienização das mãos?

VERDADE – esses objetos frequentemente acumulam micro-organismos; por isso, devemos retirá-los antes de situações de maior risco de contaminação ou transmissão de vírus e bactérias.

Detergente pode ser usado para higienizar as mãos?

VERDADE – no entanto, os detergentes e os demais produtos de limpeza domiciliar não são produzidos para lavar as mãos e podem causar microfissuras na pele, facilitando a colonização por vírus e bactérias.

Higienizar as mãos demais acaba matando os micro-organismos “bons”, prejudicando a flora bacteriana das mãos?

MITO – nossas mãos estão cheias de micro-organismos “bons”, que formam a flora bacteriana residente em nosso organismo, e de micro-organismos transitórios, que podem transmitir doenças. Quando higienizamos as mãos, podemos matar os dois tipos de micro-organismos, mas os residentes vivem em camadas mais internas da pele e logo são

restabelecidos. Portanto, podemos higienizar as mãos várias vezes ao dia, ou seja, sempre que necessário.

A higienização das mãos pode ser substituída pelo uso de luvas?

MITO – as luvas podem reduzir em mais de quatro vezes os riscos de contaminação das mãos. Mas, no momento de retirar as luvas, corremos o risco de contaminar nossas mãos. Por isso, as mãos devem sempre ser higienizadas após a retirada das luvas.

Tempo de duração: 15 minutos.

12.4 DINÂMICA 4

Objetivo: mostrar que a higienização das mãos é considerada uma medida de prevenção contra várias doenças, podendo salvar vidas.

Materiais utilizados: purpurina.

Metodologia: veja se o grupo sabe como ocorre a transmissão das doenças e converse um pouco sobre o assunto. Após ficar claro que uma das formas de transmissão é pela passagem de germes por contato de uma pessoa para a outra, principalmente pelas mãos, explique que vocês farão uma experiência bem divertida para ver como isso tudo é importante. Para demonstrar o impacto que a transmissão desses germes provoca, vamos realizar uma dinâmica chamada “aperto de mãos”.

1º PASSO: umedeça as mãos, depois coloque um pouco de purpurina bem colorida nelas e esfregue-as para espalhar bem o pó brilhante;

2º PASSO: formem uma roda, sem segurar nas mãos;

3º PASSO: aperte ou pegue nas mãos de uma

das pessoas e peça a ele que continue a corrente, apertando as mãos do colega ao lado;

4º PASSO: quando a brincadeira chegar novamente no primeiro indivíduo, é hora de cada pessoa olhar para suas mãos e verificar se ela também está “suja” de purpurina.

Depois desse exercício, converse com os participantes sobre como um único indivíduo com germes nas mãos pode contaminar vários outros, e o impacto que causariam se sássem apertando as mãos de todos.

Para finalizar, faça esta pergunta ao grupo: “O que é preciso fazer para evitar essa transmissão?”. Ao responderem que é necessário lavar as mãos, explique que esse procedimento é algo simples, que pode deixar nossas mãos livres de germes.

Tempo de duração: 20 minutos.

12.5 DINÂMICA 5

Objetivo: mostrar que a higienização das mãos pode ser considerada uma medida de prevenção contra várias doenças.

Materiais utilizados: cartolina, canetão e *Wi-Fi* para pesquisa.

Metodologia: divida os indivíduos em duas equipes, dê aos dois grupos uma cartolina e um canetão, determine um tempo de aproximadamente uns 10 minutos, para que eles, utilizando os celulares, pesquisem sobre os riscos de estar com as mãos contaminadas com patógenos (bactérias, vírus) durante as preparações. Posteriormente, os participantes da dinâmica devem apresentar de forma sucinta uns para os outros os resultados da pesquisa, para que todos fiquem conscientes e alertas quantos aos riscos e as consequências. Para finalizar, demonstre a forma correta de higienizar as mãos.

Tempo de duração: 20 minutos.

12.6 DINÂMICA 6

Objetivo: demonstrar como nossas mãos podem ser uma fonte de contaminação.

Materiais utilizados: pessoas interpretando microrganismos patógenos causadores de DTAs (Doenças Transmitidas por Alimentos) e tinta guache colorida.

Metodologia: teatro – cada pessoa vestida de um microrganismo passa uma cor de tinta guache na parte interna da mão. Depois esses personagens irão visitar os setores da empresa e se apresentar para os demais colaboradores, falando quem são eles, o tipo de infecção que causam e os sintomas da sua infecção. Ao se despedir, devem apertar a mão da pessoa a quem foi feita a apresentação, sem que esta perceba a tinta na mão do patógeno. Ao final, fale para a pessoa que agora ela está contaminada e a importância de lavar bem as mãos.

Tempo de duração: 20 minutos.



DINÂMICAS PARA HIGIENE PESSOAL E CONTAMINAÇÃO DOS ALIMENTOS

Neste capítulo, abordaremos dinâmicas para a higiene pessoal e contaminação dos alimentos. Sabe-se que uma boa higiene pessoal é de extrema importância, feita de forma regular e de maneira correta, é fundamental para prevenir contaminações. Portanto, este capítulo tem como objetivo alertar, por meio de seis dinâmicas, quanto à importância de manter a higiene pessoal evitar contaminações e a proliferação de doenças.

13.1 DINÂMICA 1

Objetivo: conscientizar os colaboradores sobre a contaminação e orientar a forma correta de higienização pessoal.

Materiais utilizados: uma boneca de plástico, quatro cores de tinta guache, um par de luvas, objetos que imitem alimentos e utensílios de cozinha, e panos de prato.

Metodologia: passe as tintas coloridas pela boneca, solicite que um dos participantes coloque as luvas e, em seguida, segure a boneca. Peça ao participante que está de luvas que coce o pescoço da boneca. Depois de manusear um objeto, diga para ele pegar um pano de prato e colocá-lo sobre o ombro da boneca ou secar o suor do rosto da boneca, fazendo com que as mãos dele toquem a tinta e depois entrem em contato com a bancada, torneira e outros objetos, deixando-os manchados de tinta. A seguir, explique que, no exemplo apresentado, a tinta é como os germes e bactérias que habitam a nossa pele e que podem ser uma fonte de contaminação dos alimentos. Explique como fazer a higiene das mãos da maneira correta.

Tempo de duração: 20 minutos.

13.2 DINÂMICA 2

Objetivo: reforçar a importância das boas práticas de higiene pessoal.

Materiais utilizados: plaquinhas de cores vermelha e verde.

Metodologia: dê a cada colaborador duas plaquinhas, uma verde (SIM) e uma vermelha (NÃO). Faça perguntas sobre higiene pessoal. Os participantes devem responder levantando a placa que julgarem correta. A seguir, comente se eles acertaram ou não a resposta. Fale sobre a relação da higiene e do bom comportamento pessoal com a contaminação cruzada

dos alimentos, já que muitos microrganismos habitam o nosso corpo. Sugestões de perguntas:

- **É correto cobrir a boca ao tossir ou espirrar?**
- **É necessário lavar as mãos após usar o banheiro?**
- **É importante escovar os dentes após cada refeição?**
- **Devemos manter as mãos sempre limpas?**
- **Ao manipular alimentos, deve-se manter unhas sempre curtas, limpas e sem esmalte?**
- **É importante tomar banho após a prática de exercício físico?**
- **É correto manter o uniforme de trabalho sempre limpo?**
- **Em casa, é importante fazer a limpeza correta dos objetos?**
- **Lavar as mãos e tomar banho em excesso faz bem à saúde?**

Tempo de duração: 15 minutos.

13.3 DINÂMICA 3

Objetivo: mostrar a importância do aparo de pelos para evitar contaminação.

Materiais utilizados: computador e projetor.

Metodologia: mostre fotos de preparações com uma aparência bonita e questione quem comeria. Depois, exiba as mesmas imagens com uma montagem de modo que apresentem pelos e cabelos. Pergunte novamente aos participantes quem comeria aquele alimento. A maioria, por óbvio, responderá que não consumiria. Mesmo que não se saiba se é um fio de cabelo, um pelo do braço ou da mão, deixe claro que isso não faz diferença nessa situação. A simples presença de um pelo no alimento é suficiente para gerar insatisfação e rejeição por parte do cliente, de modo que todos devemos cuidar bem da higiene pessoal para evitar casos como este.

Tempo de duração: 15 minutos.

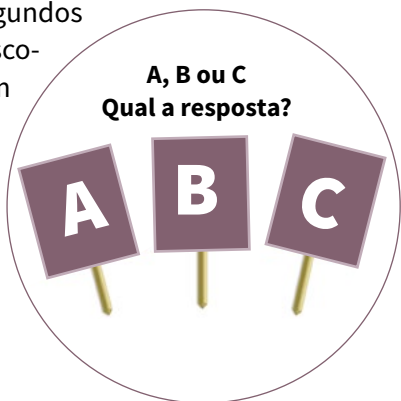
13.4 DINÂMICA 4

Objetivo: conscientizar manipuladores de alimentos sobre higiene pessoal e uso de touca protetora, roupa e calçados adequados.

Materiais utilizados: folhas de cartolina, palitos de churrasco ou de picolé, tesoura e cola.

Metodologia: recorte o papel cartão formando retângulos de tamanho A6 (10 x 15 cm). Escreva a letra A em uma placa, a letra B em outra e C na última. Cole o palito no verso de cada cartão para formar uma plaquinha. Divida os colaboradores em grupos, cada equipe receberá três placas com as letras A, B e C. Faça uma breve palestra sobre higiene pessoal e contaminação dos alimentos e formule perguntas relacionadas ao conteúdo ministrado. Para cada pergunta, dê três opções de resposta (A, B ou C). Depois de formular a pergunta e apresentar as três alternativas, dê 30 segundos para que os grupos discutam e escolham a resposta que considerem correta. Mas, nesse momento, ainda não devem mostrá-la, apenas quando o aplicador da dinâmica perguntar aos grupos: “Qual é a resposta?”. Marque o grupo que acertar.

Tempo de duração: 20 minutos.



13.5 DINÂMICA 5

Objetivo: identificar situações de falta de higiene e reforçar os riscos que podem ocasionar no ambiente de trabalho.

Materiais utilizados: dois sininhos, projetor e computador.

Metodologia: divida os colaboradores em dois grupos e mostre três imagens com situações não permitidas em um ambiente de manipulação de alimentos. Os participantes devem adivinhar o que está errado em cada imagem (exemplos: unha comprida, uso de adornos, fios de cabelo soltos etc.). O grupo que souber, toca o sino e responde. Se errar, passa para o outro grupo. A cada acerto, faça um breve comentário sobre o problema apontado na manipulação de alimentos (exemplo: os fios de cabelo podem facilmente cair na comida). Deixe claro que o mais importante aqui não é vencer o jogo, e sim prestar atenção e reconhecer erros relacionados à higiene, que não podem ocorrer no seu ambiente de trabalho.

Tempo de duração: 15 minutos.

13.6 DINÂMICA 6

Objetivo: conscientizar que toda pessoa que trabalhe em uma área de manipulação de alimentos deve manter uma higiene pessoal esmerada e deve usar roupa protetora, calçados adequados, luvas, touca, entre outros itens.

Materiais utilizados: folhas de papel, caneta e uma premiação simbólica.

Metodologia: inicie com uma breve introdução sobre higiene pessoal e contaminação dos alimentos. Peça aos colaboradores que se organizem em círculo. Entregue para cada um papel e uma caneta para que possam anotar as dúvidas sobre o tema apresentando. Posteriormente, quando todos terminarem de escrever, recolha os papéis e realize uma disputa de perguntas e respostas entre os participantes, a partir das dúvidas levantadas por eles. Faça as perguntas. Quem souber e levantar a mão primeiro, terá o direito de responder. Ganhará um prêmio aquele que acertar o maior número de questões.

Tempo de duração: 20 minutos.



DINÂMICAS PARA TEMPO E TEMPERATURA

Neste capítulo, desenvolvemos dinâmicas para tempo e temperatura dos alimentos. Em seis dinâmicas vamos reforçar que o binômio tempo e temperatura é uns dos controles mais importantes na produção de alimentos seguros para o consumo, do ponto de vista higiênico e sanitário. Manter o controle do tempo e temperatura dos alimentos reduz os riscos das chamadas DTAs (Doenças Transmissíveis por Alimentos).

14.1 DINÂMICA 1

Objetivo: conscientizar os colaboradores sobre o tempo e temperatura segura para lidar com cada alimento para evitar a contaminação.

Materiais utilizados: uma caixa, um apito ou sineta, figuras de alimentos contendo temperaturas e tempos variados, fita adesiva, uma tabela ou quadro com duas colunas, onde se lê numa delas “SERVIR” e na outra “DESCARTAR”.

Metodologia: escolha algumas figuras de alimentos. Sobre cada preparação, fixe uma informação de tempo e de temperatura, que podem corresponder ou não aos valores indicados para a correta manutenção de cada alimento. Os participantes devem se organizar em círculo e passar a caixa com as figuras de mão em mão. Ao som do apito, quem estiver com a caixa vai sortear uma imagem e colar na tabela, na coluna SERVIR ou na coluna DESCARTAR, conforme o tempo e a temperatura do alimento da figura. Depois que os participantes retirarem todas as figuras da caixa, faça a correção do quadro e comente a respeito da segurança dos alimentos, em relação ao tempo e à temperatura. Essa explicação pode ser feita também no início da dinâmica. Considerar para alimentos quentes: 65°C ou mais - até 12h, 60°C ou mais - até 6h, < 60°C - até 3h. E para alimentos frios <10°C até 4h e 10°C - 21°C até 2h.

Tempo de duração: 20 minutos.

14.2 DINÂMICA 2

Objetivo: conscientizar os colaboradores sobre o tempo e temperatura segura para lidar com cada alimento, para minimizar contaminação.

Materiais utilizados: tabuleiro, dados e botões.

Metodologia: os colaboradores serão separados em grupos de

4 pessoas. Cada jogador, representado por um botão, ficará com um dado, ou seja, ao todo quatro dados para cada tabuleiro. Serão selecionados conjuntos de 4 botões, cada um de uma cor, para representar cada jogador. Se o jogador, ao jogar o dado, cair em uma casa correspondente ao ponto de interrogação, deverá responder à pergunta correspondente a uma das cartas sorteadas aleatoriamente. A carta sorteada será retirada da rodada. Se ele acertar a questão, andará com seu botão uma casa à frente. Errando a resposta, ele retorna duas casas. Ganha o jogo quem conseguir alcançar primeiro o final do tabuleiro.

MODELO DO TABULEIRO

1	2	18	19	20	36	37	38	FIM	
INÍCIO	?	?		?	?		?	?	
4		16		22	34		40	52	
?		?		?	?		?	?	
6		14		24	32		42	50	
?		?		?	?		?	?	
8		12		26	30		44	48	
9	?	11		27	?	29	45	?	47

EXEMPLO: PERGUNTAS DE TEMPO E TEMPERATURA

1) Como é feita a medição da temperatura do alimento usando-se o termômetro? Resposta: O termômetro é introduzido no interior do alimento.

2) Por quanto tempo o termômetro é mantido no interior do alimento? Resposta: Deve ser mantido na mesma posição por cerca de 2 minutos.

3) Qual a finalidade dos equipamentos de apoio (cadeia fria e quente) na linha de distribuição? Resposta: Ajudam a manter a temperatura de segurança dos alimentos, não têm a finalidade de armazenamento, aquecimento e resfriamento.

4) Quais as condições adequadas de temperatura para os alimentos quentes? Resposta: Acima de 60°C

5) Quais as condições adequadas de temperatura para os alimentos frios? Resposta: Abaixo de 10°C

6) Por quantos dias se pode conservar um alimento frio? Resposta: Até cinco dias.

7) Qual a temperatura mínima que um alimento deve atingir para que os micróbios sejam destruídos? Resposta: 70°C.

8) Em que temperatura os micróbios têm condições perfeitas de se proliferar? Resposta: Entre 5 e 60°C.

9) O que é contaminação cruzada? Resposta: Quando se utiliza um mesmo utensílio para cortar um alimento cru e um alimento cozido, sem que seja previamente lavado.

10) Óleos e gorduras utilizados nas preparações de alimentos não devem ser aquecidos acima de qual temperatura? Resposta: 180°C

Tempo de duração: 30 minutos.

14.3 DINÂMICA 3

Objetivo: reforçar quais as temperaturas seguras para a conservação dos alimentos.

Materiais utilizados: computador, imagens de alimentos e projetor.

Metodologia: fale sobre o tempo e a temperatura adequadas dos alimentos. A seguir, divida os colaboradores em grupos, mostre imagens de alimentos resfriados, aquecidos e conge-

lados. Pergunte qual a temperatura e o tempo utilizado no alimento mostrado. Marque pontos para os acertos e o grupo que tiver mais pontos ganha um prêmio simbólico (chocolates ou frutas, por exemplo).

Tempo de duração: 15 minutos.

14.4 DINÂMICA 4

Objetivo: mostrar a maneira correta de medir a temperatura dos diversos tipos de alimentos.

Materiais utilizados: alimentos de plástico e termômetro.

Metodologia: bancada com alimentos de plástico. Demonstra aos colaboradores a forma correta de medir a temperatura de cada alimento. Antes de ensinar, pergunte gostaria de colaborador, demonstrando a maneira correta de realizar o procedimento. Caso o participante proceda de maneira incorreta, será repassada a forma correta.

Observação: esta dinâmica serve para observar como os colaboradores estão medindo a temperatura e se estão tendo dificuldade em fazer o procedimento.

A: Em carnes, aves e pescados:

Inserir o termômetro ou sonda na parte mais espessa do produto (em geral no centro geométrico). Avaliar em 2 locais.

B: Alimento embalado (refrigerado ou congelado):

Colocar a haste entre 2 embalagens em contato para não perfurar.

C: Líquidos, embalagens cartonadas:

Submergir o termômetro até pelo menos 5cm. Não encostar nas laterais da embalagem.

D: Produtos a granel ou líquidos:

Dobrar a bolsa sobre a haste do termômetro.

Tempo de duração: 15 minutos.

14.5 DINÂMICA 5

Objetivo: testar e reforçar os conhecimentos passados durante o treinamento.

Materiais utilizados: quadro ou cartolina, canetão, fita dupla face e imagens de diferentes alimentos.

Metodologia: após a explicação sobre temperatura e armazenamento de alimentos, faça um teste em forma de quiz. Primeiro, escolha imagens de 5 a 10 alimentos e cole tiras de fita dupla face no verso de cada figura. Em seguida, divida o quadro em partes, demarcando formas de armazenamento e temperatura em que os alimentos escolhidos devem ser mantidos. A seguir, pergunte aos participantes em qual área do quadro eles acham que cada um dos alimentos se encaixa. Depois, confirme se todos os alimentos estão em seus devidos lugares. Caso algum esteja incorreto, alerte sobre o erro. Frise que o modo de armazenar e manter a temperatura dos alimentos é condição muito importante para garantir a segurança alimentar.

Tempo de duração: 15 minutos.

14.6 DINÂMICA 6

Objetivo: conscientizar os colaboradores sobre o tempo e a temperatura seguros para lidar com cada alimento, a fim de minimizar a contaminação.

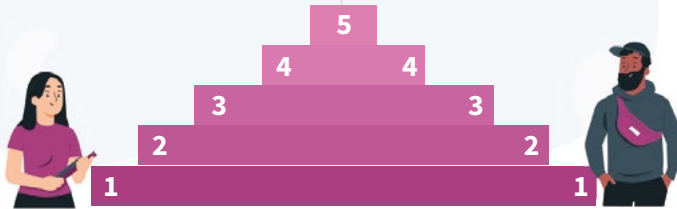
Materiais utilizados: fita gomada, cartolina, um balão e um alfinete para estourá-lo.

Metodologia: comece a dinâmica com uma breve palestra sobre o tempo e a temperatura seguros para lidar com cada alimento para reduzir o risco de contaminação. Posteriormente, corte a cartolina, formando uma “escada pódio” (conforme modelo a seguir). Divida os colaboradores em equipe masculi-

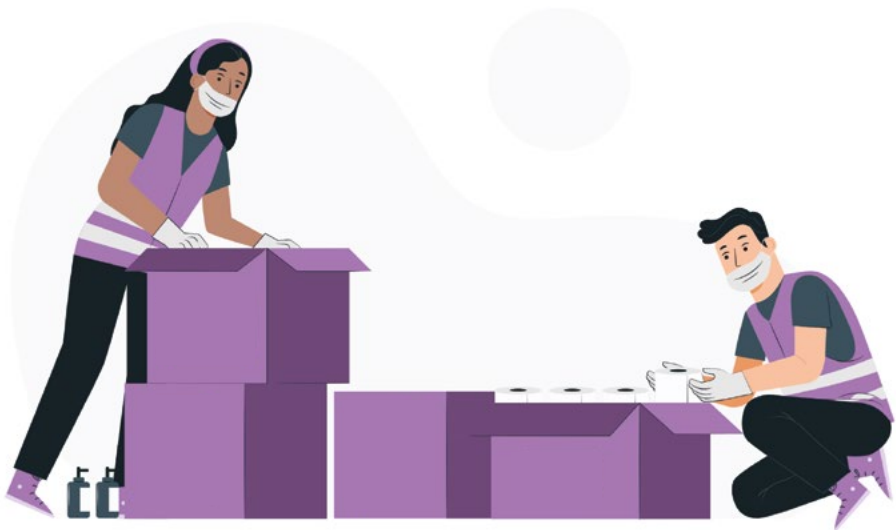
na e feminina. Faça dois bonecos para representar os grupos e fixe a “escada pódio” na parede e cada um dos bonecos perto do primeiro degrau da escada, um de cada lado. Elabore dez perguntas sobre tempo e temperatura, faça cinco para cada grupo; à medida que forem respondendo, o boneco que representa o grupo vai subindo a escada rumo ao pódio. Quem chegar primeiro ganha. Se o grupo errar, permanece no mesmo lugar e passa a vez para o outro grupo. Segue ilustrações e instruções:

Cada degrau tem uma pergunta sobre o tema da dinâmica apresentada. Os grupos podem responder uma pergunta por vez. À medida que forem respondendo corretamente, sobem um degrau

Quem responder todas as perguntas corretamente chega ao primeiro lugar e estoura o balão!



Tempo de duração: 30 minutos.



DINÂMICAS PARA O USO DE LUVAS DESCARTÁVEIS

Aqui, abordarem dinâmicas para o uso de luvas descartáveis, equipamento de proteção presente no dia a dia dos manipuladores de alimentos, e que se faz necessário em alguns momentos específicos, de acordo com a atividade desenvolvida. À vista disso, as dinâmicas a seguir têm o intuito de ressaltar a importância da utilização correta das luvas.

15.1 DINÂMICA 1

Objetivo: mostrar os tipos de luvas e suas funções na cozinha.

Materiais utilizados: folha de papel e pincel atômico.

Metodologia: distribua uma folha para cada participante e solicite que cada um escreva em um lado da folha “SIM” e, no outro lado, “NÃO”. Depois, peça para os participantes levantarem suas plaquinhas para responder as seguintes perguntas:

- **É recomendado o uso luvas descartáveis próximo a fontes de calor? Não**
- **Usa-se luva térmica para segurar objetos quentes? Sim**
- **Deve-se usar luvas descartáveis para fazer a moagem de alimentos? Não**
- **Devo usar luvas para manusear alimentos já higienizados? Sim**
- **Uso luvas de malha metálica para fazer a higienização de vegetais? Não**
- **Posso usar uma luva descartável rasgada? Não**
- **Posso usar luvas para manusear alimentos já cozidos? Sim**
- **Uso luvas descartáveis para o corte de carnes? Não**
- **Uso luvas de borracha para retirar o lixo? Sim**

Faça uma breve explicação sobre os tipos de luvas utilizadas em estabelecimentos de alimentação:

Luva descartável de vinil, plástica ou látex: alimentos já cozidos ou higienizados (uso não obrigatório);

Luva de malha de aço: recomendada no manuseio e corte de carnes;

Luva térmica: para manuseio de utensílios quentes;

Luva de borracha: manejo com lixo; higienização de utensílios, limpeza de sanitários e manipulação de produtos químicos.

Observação: o uso de luvas descartáveis para manipulação de alimentos em serviços de alimentação **não é obrigatório**, segundo a legislação sanitária federal.

Tempo de duração: 20 minutos.

15.2 DINÂMICA 2

Objetivo: apresentar os modelos de luvas e suas funções na cozinha.

Materiais utilizados: modelos de luvas.

Metodologia: leve modelos de luvas e explique para que cada uma serve e em qual situação deve ser usada.

Luva de látex: protege contra umidade e produtos químicos; utilize na higienização de utensílios.

Luvas nitrílicas: protege as mãos contra produtos químicos; utilize no manuseio e na lavagem dos utensílios e na limpeza do ambiente.

Luva mucambo: protege as mãos contra calor, utilize no manuseio de utensílios quentes (reposição de cubas, por exemplo).

Luvas de malha de aço: protege as mãos contra lesões causadas por objetos cortantes; utilize na manipulação de carnes com ferramentas cortantes.

Luvas térmicas: protege as mãos contra queimaduras, utilize no manuseio de equipamentos e utensílios quentes (panelas, formas, cadeirões de pressão etc.).

Tempo de duração: 20 minutos.

15.3 DINÂMICA 3

Objetivo: frisar em que situação as luvas devem ser descartadas e trocadas.

Materiais utilizados: vídeos ou fotos dos erros cometidos no uso de luvas descartáveis.

Metodologia: treinamento referente aos erros cometidos sobre uso das luvas descartáveis, por meio de imagens e vídeos. Exemplos de temas para os vídeos e fotos:

- Não trocar as luvas na frequência indicada (vídeos).
- São frequentemente vistas como uma barreira à contaminação de alimentos; os manipuladores realizam muitas tarefas não relacionadas a alimentos com o mesmo par de luvas. Exemplo: o manuseio de dinheiro (imagens ou vídeos).
- Uso de luvas descartáveis em mal estado (furadas, sujas de alimento, derretidas etc.). Mostrar fotos ou vídeos de luvas nessas condições sendo usadas na cozinha.

Observação: quem for aplicar a dinâmica poderá montar seus próprios vídeos ou imagens dos erros cometidos do uso das luvas descartáveis. Ao fim da apresentação, faça a seguinte pergunta: “Quais situações mostradas nas imagens ou vídeos já aconteceram com você?”. Dependendo da resposta do colaborador, frise a importância de usar a luva descartável da maneira correta.

Tempo de duração: 20 minutos.

15.4 DINÂMICA 4

Objetivo: mostrar os diversos tipos de luvas descartáveis.

Materiais utilizados: diferentes modelos de luvas descartáveis.

Metodologia: divida os colaboradores em grupos, de acordo com a quantidade de tipos de luvas. Distribua um modelo específico de luvas descartáveis para cada grupo. Os participantes terão 5 minutos para pesquisar sobre o tipo de luva que receberam. Ao final do tempo, cada grupo terá que compartilhar o aprendizado com os demais participantes. Luvas descartáveis são geralmente utilizadas para a manipulação de material de risco, podendo ser utilizadas também por profissionais que trabalham com produtos de limpeza ou por profissionais da área da saúde, conforme a finalidade.

Tempo de duração: 20 minutos.

15.5 DINÂMICA 5

Objetivo: demonstrar que as mãos devem estar necessariamente limpas no uso de luvas descartáveis.

Materiais utilizados: luvas descartáveis.

Metodologia: faça uma breve explanação sobre a necessidade de se lavar as mãos e certificar-se de que estejam secas antes de usar as luvas. Lavar as mãos é um bloqueador de segurança para que não haja nenhuma sujidade na luva descartável. Sendo assim, simule dois exemplos:

1º - Lave as mãos e coloque as luvas;

2º - Não lave as mãos e coloque as luvas. No segundo exemplo, existem riscos como restos de comida na mão, nas unhas etc., que podem cair na preparação. Já no primeiro exemplo, temos a garantia de que não acontecerá esse tipo de situação.

Tempo de duração: 15 minutos.

15.6 DINÂMICA 6

Objetivo: ressaltar as diferenças entre as luvas térmicas e descartáveis no manuseio de alimentos na cozinha.

Materiais utilizados: luvas descartáveis e luvas térmicas.

Metodologia: mostre aos colaboradores as diferenças entre os modelos de luvas. Peça para que se reúnam em grupos, distribua as luvas e pergunte aos participantes quando devem usar as luvas descartáveis e as térmicas. Posteriormente, reforce que as luvas descartáveis podem ser usadas na manipulação de alimentos prontos para o consumo e/ou que já sofreram tratamento térmico; e na manipulação e preparo de alimentos que não são submetidos a tratamento térmico, inclusive folhosos e tubérculos que já foram adequadamente higienizados. Ressalte que o seu uso não é obrigatório e que deve ser feito com atenção.

Tempo de duração: 20 minutos.



DINÂMICAS PARA O ATENDIMENTO AO CLIENTE

Neste capítulo, abordaremos seis dinâmicas relacionadas ao atendimento ao cliente. Sabemos que o atendimento ao cliente é uma espécie de cartão de visita de qualquer empresa. Além disso, ajuda a construir a imagem da sua companhia e como ela é percebida pelo público. O consumidor é o principal gerador dos lucros. Portanto, para que o negócio obtenha sucesso, é fundamental tratar bem o seu cliente. Sendo assim, o intuito deste capítulo é mostrar, através das dinâmicas, a importância de um bom atendimento ao consumidor.

16.1 DINÂMICA 1

Objetivo: avaliar como o colaborador se comporta em relação a clientes com perfis difíceis.

Materiais utilizados: refeitório ou ambiente para a simulação.

Metodologia: teatro – simular um atendimento ao público com os colaboradores responsáveis, onde cada colaborador atenderá um cliente com um desses perfis (questionador, indeciso, mal-educado, insatisfeito, apressado) para demonstrar a sua capacidade de conhecimento do serviço prestado e como se comportar com consumidores ditos mais exigentes.

Tempo de duração: 40 minutos.

16.2 DINÂMICA 2

Objetivo: estimular a interação entre os atendentes para que se habituem a observar enquanto o outro fala, o que colabora para o atendimento.

Materiais utilizados: papel e caneta.

Metodologia: cada participante escreve três características sobre si mesmo que serão lidas para o grupo, sendo que duas delas são verdadeiras e uma é falsa. Então, caberá aos colegas identificar quais são as verdades e qual foi inventada.

Tempo de Duração: 30 minutos.

16.3 DINÂMICA 3

Objetivo: fazer com que os atendentes sintam como é estar no lugar do cliente e percebam como o bom tratamento é essencial em todos os momentos.

Materiais utilizados: refeitório ou ambiente para a simulação.

Metodologia: teatro – uma pessoa irá simular um atendente, enquanto outras duas se passarão por clientes. Um deles é um cliente antigo e o outro um novo cliente. O atendente recebe ambos no seu restaurante, recepcionando-os de maneira diferente; uma vez que para este, o cliente antigo já é um “consumidor garantido” e, pensando que o cliente novo ainda deve ser conquistado, então, deve tratá-lo melhor. Após a encenação, pergunte ao freguês antigo como ele se sentiu e se estaria mais propenso a fazer uma reclamação ou a indicar o estabelecimento para amigos e conhecidos. Ao novo freguês, questione se este continuaria a frequentar o local, uma vez que ao se tornar cliente antigo, os funcionários mudarão sua postura. Ao final da dinâmica, ressalte que não importa o tempo de freguesia, o tratamento deve seguir um padrão que agrade todos e assim atraia mais clientes e evite a perda de antigos consumidores.

Tempo de duração: 30 minutos.

16.4 DINÂMICA 4

Objetivo: mostrar que o atendimento ao cliente é prioridade na hora de responder dúvidas, resolver problemas e escutar *feedbacks*.

Materiais utilizados: sineta ou apito.

Metodologia: dinâmica da improvisação. Reúna os colaboradores em círculo e peça que alguém inicie uma história, pode ser pessoal ou fictícia. Ao soar o apito (ou sineta), a pessoa seguinte deve continuar a história, começando sempre com: “Sim, e...”. Isso se repete até o último integrante do grupo. Dessa forma, a equipe trabalha com pontos essenciais do atendimento ao cliente.

- **Escuta ativa - já que para a história fluir é fundamental ouvir o que os outros participantes falaram;**
- **Flexibilidade - mesmo que o membro seguinte não concorde com o que foi dito, ele deve procurar uma forma de mudar o rumo da história, sem negar a fala anterior;**
- **Mudança de foco - ao realizar um atendimento, a preocupação principal é se fazer ouvir e cumprir o protocolo.**

Com essa dinâmica, os participantes são estimulados a acompanhar o desenrolar da história e a trabalhar de forma complementar.

Tempo de duração: 25 minutos.

16.5 DINÂMICA 5

Objetivo: analisar a capacidade dos colaboradores de lidar com problemas relacionados ao atendimento ao cliente.

Materiais utilizados: folhas de papel e caneta.

Metodologia: escreva situações em bilhetes e sorteie-os entre os colaboradores. Cada participante deve resolver o problema sorteado. Sugestão de situações a serem escritas nos bilhetes:

- **O cliente achou um objeto estranho na sua comida.**
- **Pedido demorado.**
- **O cliente perdeu a comanda.**
- **O cliente quer pagar a conta e o estabelecimento não aceita o meio de pagamento do cliente.**
- **Cliente quer dividir o prato.**
- **O cliente não foi avisado sobre a cobrança de 10% de taxa de serviço.**

Tempo de duração: 30 minutos.

16.6 DINÂMICA 6

Objetivo: demonstrar que a opinião do cliente é de extrema importância para o estabelecimento melhorar e evoluir.

Materiais utilizados: uma caixa com papéis com suposições de avaliações negativas de clientes.

Metodologia: apresente a caixinha aos colaboradores e explique que é uma forma de avaliar o atendimento. A caixa de sugestões/reclamações deve ficar localizada próximo à saída, à vista dos clientes, para que deem suas opiniões, façam elogios ou críticas, a fim de que se possam adotar futuras melhorias. Após a explicação sobre o objeto, inicie tirando um papel da caixa. Leia a avaliação descrita e questione sobre como agir em cada situação para sanar o problema levantado. Implemente a proposta da caixinha no refeitório e sugira reuniões semanais para a leitura das opiniões, conversando sobre possíveis correções e aperfeiçoamentos nos serviços prestados.

Tempo de duração: 20 minutos.



DINÂMICAS PARA O USO CORRETO DO UNIFORME

Neste capítulo, traremos dinâmicas relacionadas ao uso correto do uniforme, item de fundamental importância na segurança do trabalho. Em relação aos manipuladores de alimentos, o uso do uniforme adequado contribui para garantir a segurança dos alimentos e atender à legislação vigente. Sendo assim, mostraremos dinâmicas para que ajudam a conscientizar os colaboradores quando à importância do uso correto deste item de segurança.

17.1 DINÂMICA 1

Objetivo: conscientizar quanto à importância do uniforme na segurança do trabalho.

Materiais utilizados: um boneco e EPIs (Equipamentos de Proteção Individual).

Metodologia: apresente ao grupo o boneco que vai simular o manipulador de alimentos (improvise uma barba, *piercings*, adereços...). Em seguida, com a ajuda de um voluntário, arrume o boneco com os EPIs disponíveis para entrar em sua área de trabalho. Logo após o término, observe, em conjunto com os participantes, o que está certo ou errado e o que falta para ele ficar de acordo com as normas da legislação.

Tempo de duração: 25 minutos.

17.2 DINÂMICA 2

Objetivo: mostrar que o uso do uniforme auxilia também na identificação do colaborador.

Materiais utilizados: um uniforme sujo, uma camisa de futebol da seleção brasileira, folhas de papel e canetas.

Metodologia: uma pessoa deve vestir o uniforme sujo e outra pessoa a camisa de futebol. Distribua uma folha e uma caneta para cada participante, depois peça aos participantes que escrevam o que sentem ao ver a pessoa com o uniforme sujo. Depois, peça para a pessoa vestida com o uniforme sair. Chame a que está vestida com a camisa da seleção. Novamente, peça que os participantes escrevam sobre suas impressões em relação à segunda pessoa. Recolha as folhas e, aleatoriamente, leia algumas delas. Ao final, faça a comparação do uniforme da empresa com a camisa de futebol; ressalte que, quando se faz

parte de um time vitorioso, tem-se orgulho de vestir a camisa. Mas, ao não valorizarmos nosso uniforme, ele acaba passando uma imagem negativa para as outras pessoas.

Tempo de duração: 20 minutos.

17.3 DINÂMICA 3

Objetivo: conscientizar quanto à importância dos uniformes para a segurança do trabalho.

Materiais utilizados: computador, imagens e projetor.

Metodologia: mostre fotos e vídeos de acidentes de trabalho causados pelo uso incorreto de EPIs. Depois, faça uma revisão sobre cada EPI e o tipo de acidente que o seu uso pode evitar. Exemplo: o uso de luvas na hora de pegar as cubas para colocar na *Pass-Through*, os sapatos antiderrapantes para não levar um tombo no piso molhado.

Tempo de duração: 50 minutos.

17.4 DINÂMICA 4

Objetivo: desenvolver a capacidade de observar e identificar o uso incorreto do uniforme.

Materiais utilizados: computador, imagens de funcionários usando uniforme incorreto e projetor.

Metodologia: apresente algumas imagens. Os participantes devem apontar qual erro no uso do uniforme se destaca na imagem e qual o equipamento correto a ser utilizado. As imagens podem ter mais de um erro. Abra para as interações com as imagens e, ao final, aponte os erros encontrados.

Tempo de duração: 20 minutos.

17.5 DINÂMICA 5

Objetivo: conscientizar sobre a importância do uso correto do uniforme.

Materiais utilizados: uniforme completo, modelos de toucas.

Metodologia: de maneira divertida, demonstre as maneiras incorretas de usar a touca de proteção dos cabelos. A conscientização quanto aos riscos vem dessa abordagem leve. As brincadeiras ajudam os participantes a fixarem o conteúdo repassado. Ao pensarem em você de um modo engraçado, mostrando a maneira errada, lembrarão como é o uso correto de usar a touca. Para a encenação, indicamos alguns exemplos: modo duende, no qual as orelhas ficam para fora; modo sedução, quando a franja fica para fora da touca; modo artista do programa de culinária da TV, no qual somente o topo da cabeça é coberto pela touca, deixando todo o cabelo para fora.

Tempo de duração: 20 minutos.



17.6 DINÂMICA 6

Objetivo: alertar sobre a importância de trocar o uniforme ao sair e ao chegar ao local de trabalho.

Materiais utilizados: computador e projetor.

Metodologia: inicie com o seguinte questionamento aos funcionários: “Você comeria uma refeição que ficou por horas em um recipiente aberto em cima de uma mureta na rua, exposta a quaisquer microrganismos e sujidades presentes no local?”. Espere que respondam e continue com a suposição, ilustrando com imagens em que uma pessoa da empresa sai para o almoço com o uniforme e decide passar o intervalo sentada numa mureta na rua ao lado, mexendo no telefone celular. Depois disso, retorna para o estabelecimento em que trabalha, higieniza as mãos, mas continua com a mesma roupa e segue para a cozinha onde produz alimentos. A partir da situação contada, mostre que as substâncias e os microrganismos que poderiam atingir o prato de comida exposto na mureta são semelhantes aos que podem contaminar o uniforme do funcionário e que, mais tarde, contaminarão os alimentos no seu ambiente de trabalho. Por fim, enfatize a importância das trocas de uniformes que devem ser feitas no ambiente de trabalho, tanto na chegada quanto na saída. Mostrar que o uniforme vai além da representação de identidade da empresa, que tem grande importância quando se fala em higiene e segurança alimentar.

Tempo de duração: 25 minutos.



DINÂMICA PARA EMPATIA COM OS COLEGAS

Neste capítulo, as dinâmicas são voltadas a estimular a empatia com os colegas. Trabalhar em equipe requer estabelecer contato com outro, comunicar-se, interagir e cooperar. Trata-se de um processo de adaptação, em que é necessário compartilhar não somente espaços físicos, mas também compreender e respeitar os espaços cognitivo e emocional de cada um. Essas dinâmicas visam aproximar os colaboradores e, conseqüentemente, melhorar o ambiente de trabalho.

18.1 DINÂMICA 1

Objetivo: fazer com que os participantes fiquem à vontade para compartilhar seus sentimentos, gerando uma aproximação entre eles e a melhora no ambiente de trabalho.

Materiais utilizados: espaço para os colaboradores se sentarem no chão, folhas de papel e lápis de cor.

Metodologia: sentados no chão, os participantes devem receber de 3 a 5 folhas e o material para colorir deve estar ao alcance de todos. Cada participante deverá expressar com uma cor o sentimento ou a emoção que está vivenciando naquele momento. Feito isso, deve mostrar o seu papel e explicar o que aquela cor representa. Se a cor for de algum sentimento negativo, todos os outros colegas devem oferecer uma emoção positiva ao outro, por meio de uma cor que transmita um sentimento bom. Exemplo: se alguém optou pelo vermelho, por estar com raiva ou cinza porque está preocupado, o outro colega pode oferecer o contraponto com o branco como paz ou o azul como desejo de que tenha tranquilidade para resolver a questão.

Tempo de duração: 20 minutos.

18.2 DINÂMICA 2

Objetivo: promover a empatia entre as pessoas da equipe.

Materiais utilizados: folhas de papel, canetas e fita adesiva.

Metodologia: peça para que seja colada uma folha em branco nas costas de cada colaborador. Em seguida, os participantes devem escrever qualidades que eles encontram em seus colegas. Certifique-se que todos escrevam nas costas de todos. Ao final, deixe que cada um leia o que os colegas escreveram no seu papel.

Tempo de duração: 15 minutos.

18.3 DINÂMICA 3

Objetivo: apresentar as pessoas de um grupo.

Material utilizados: um rolo de barbante ou um novelo de lã.

Metodologia: com os colaboradores reunidos em círculo, amarre a ponta do barbante no seu dedo indicador e faça uma breve apresentação pessoal. Fale seu nome, comente sobre a sua formação profissional, com o que trabalha, diga alguma informação que considere importante, pode ser um hobby, a comida preferida ou qualquer outra coisa que você sentir vontade de compartilhar. Ao terminar, jogue o rolo de barbante para outra pessoa do grupo, que também deve enrolar o fio no dedo indicador e fazer uma apresentação pessoal com informações que considerar relevantes. Quando terminar de se apresentar, ela deve jogar o rolo de barbante para outra pessoa. A seguinte deverá fazer a mesma coisa, amarrar o barbante no dedo e se apresentar. Quando todos tiverem terminado suas apresentações, o barbante terá formado uma grande teia no centro do círculo. Solicite que todos observem o emaranhado de conexões. Em seguida, a última pessoa a se apresentar deve desenrolar o barbante de seu dedo e devolver o rolo para aquela que havia lhe jogado anteriormente, na primeira etapa da dinâmica. Ao fazer isso, ela deverá repetir o nome da pessoa e o que foi apresentado sobre ela. Se o participante tiver muita dificuldade, permita que o grupo ajude a lembrar das informações. Prossiga com a dinâmica até que o rolo retorne para as suas mãos.

Tempo de duração: 30 minutos.

18.4 DINÂMICA 4

Objetivo: pensar em soluções para as dificuldades do outro.

Materiais utilizados: papel, caneta e sacola plástica.

Metodologia: cada participante deve escrever uma dificuldade pessoal que o impede de ter um bom relacionamento interpessoal. Quando todos terminarem de escrever, recolha e embaralhe os papéis na sacola plástica. Redistribua os textos e peça que cada um leia em voz alta o material que recebeu. Cada problema apontado deve ser discutido em conjunto até que uma solução seja elaborada. Após o debate, pergunte a cada um se a discussão em grupo trouxe um resultado positivo. Tudo isso acontece sem que seja revelada a identidade dos autores dos textos com o problema pessoal.

Tempo de duração: 25 minutos.

18.5 DINÂMICA 5

Objetivo: por meio de histórias, despertar a empatia entre os colegas de trabalho.

Materiais utilizados: papel, canetas e lápis.

Metodologia: peça que cada um desenhe alguma coisa sobre sua personalidade. Comece a falar de bons momentos de sua vida, lembrando que essas histórias devem ser curtas, para que todos possam falar. Assim, o grupo terá uma aproximação, tornando o dia a dia mais tranquilo. Exemplo: “Lembro de ajudar minha mãe nas tarefas de casa quando criança”; “Adorava a comida de minha vó, sempre muito saborosa”.

Tempo de duração: 35 minutos.

18.6 DINÂMICA 6

Objetivo: refletir sobre o comportamento diante dos colegas de trabalho.

Materiais utilizados: folhas de papel e canetas.

Metodologia: escolha um funcionário e pergunte: “Como você acha que determinada pessoa (um colega) responderia se você pedisse ajuda para realizar um serviço?”. Peça que todos sejam sinceros ao responder, pois é a partir da resposta que a pessoa citada vai analisar se está ou não sendo empática com seus colegas. Caso alguém não se sinta à vontade para expor suas opiniões ao grupo, entregue uma folha de papel com o nome do funcionário que a pessoa deve analisar. Depois de todos terminarem, recolha os papéis, sem a identificação dos respondentes, leia as respostas ao grupo para que cada colaborador faça uma autoavaliação.

Tempo de duração: 30 minutos.





DINÂMICA PARA FOCAS E INTRIGAS (CONFLITOS)

Neste capítulo, desenvolvemos dinâmicas para abordar fofocas e intrigas no ambiente de trabalho. São seis dinâmicas distribuídas com objetivo, materiais utilizados, metodologia e tempo de duração. Fofocas e intrigas podem atrapalhar o bom andamento do trabalho que é realizado numa empresa, prejudicando, assim, a produtividade. Dessa forma, temos como objetivo neste capítulo conscientizar os colaboradores de que espalhar fofocas ou intrigas compromete o ambiente de trabalho e prejudica a convivência em equipe.

19.1 DINÂMICA 1

Objetivo: analisar a relação entre os colaboradores.

Materiais utilizados: folhas de papel, canetas e envelopes.

Metodologia: cada envelope conterà um breve questionário com as seguintes perguntas:

- **Se você estivesse perdido numa ilha, quem do grupo gostaria que estivesse lá com você?**
- **Se tivesse que organizar um evento ou uma festa importante, qual dos seus colegas você gostaria que ajudasse na empreitada?**
- **Se ganhasse uma viagem de cruzeiro com direito a três acompanhantes, quem deste grupo você convidaria para ir com você?**

Reúna o grupo e distribua os envelopes com as questões para cada um responder, individualmente. Explique que não é necessário assinar as respostas e ressalte também que os participantes da dinâmica podem responder o que quiserem, pois as respostas são confidenciais. Em seguida, recolha todos os envelopes com as respostas e some os resultados individuais de cada um dos profissionais que participaram do exercício. Depois, além de dar o retorno em particular para cada um, os resultados devem ser utilizados pela organização para promover ações de melhoria contínua nas relações interpessoais e na comunicação da equipe.

Tempo de duração: 30 minutos.

19.2 DINÂMICA 2

Objetivo: mostrar aos participantes que a fofoca se espalha com rapidez no ambiente de trabalho e prejudica a convivência.

Materiais utilizados: confetes e ventilador.

Metodologia: faça a dinâmica em um espaço aberto, ligue o ventilador e segure um punhado de confetes em frente ao aparelho. Mantenha a mão fechada, por enquanto. Explique que enquanto os confetes estão em suas mãos, você é o dono deles. Mas, assim que você abre a mão e solta os confetes, eles voam para todos os lados (faça a demonstração abrindo a mão) e você não tem mais controle sobre eles. Assim são as fofocas. Antes de sair da sua boca, elas pertencem somente a você. Ao contar para outra pessoa, perde-se o controle sobre elas e sobre quantas pessoas irão se envolver.

Tempo de duração: 10 minutos.

19.3 DINÂMICA 3

Objetivo: fazer com que os colaboradores experimentem rejeição e autocrítica.

Materiais Utilizados: tiras de cartolina colorida com cerca de 6 cm de largura e aproximadamente 60 cm de comprimento (o suficiente para dar a volta na cabeça) e um grampeador.

Metodologia: solicite que se formem duplas ou trios. Sem que o participante possa ler, coloque na sua cabeça a tira de cartolina com uma característica ou ação. Para cada dupla, peça que um leia a característica do outro e que conversem de forma superficial e indireta a respeito. Acontece, geralmente, que um não entende bem o que o outro está dizendo e é isso o que

deve acontecer durante a dinâmica. A seguir, solicite que os participantes das duplas, um por vez, representem exatamente o que está escrito na tira de seu colega. Para finalizar, peça que verbalizem seus sentimentos em relação à vivência, com comentários, explicações e as revelações. Sugestões de características:

- **Estudioso**
- **Folgado**
- **Alegre**
- **Calado**
- **Me ajude**
- **Dê risadas de mim**
- **Estou triste**
- **Faça de conta que eu sou invisível**
- **Sinto-me como um peixe fora da água**
- **Me dá um abraço**
- **Sou muito amigo**

Tempo de duração: 30 minutos.

19.4 DINÂMICA 4

Objetivo: refletir antes de fazer comentários negativos sobre o colega.

Materiais utilizados: nenhum.

Metodologia: divida os participantes em dois grupos. Peça ao primeiro grupo que deixe a sala. Então, fale ao segundo grupo sobre um personagem fictício. Exemplo: “Eu tenho um amigo que se chama Tiago, ele é fofoqueiro, impulsivo, mentiroso, teimoso, ordeiro, honesto e competente”. Depois peça que o primeiro grupo retorne à sala e solicita que o outro grupo saia. Então faça a mesma coisa só que invertendo a ordem das qua-

lidades e defeitos. Exemplo: “Eu tenho um amigo que se chama Tiago, ele é muito competente, honesto, ordeiro, teimoso, mentiroso, impulsivo e fofqueiro”. Reúna os dois grupos e peça que descrevam “o amigo Tiago”. Elas, provavelmente, citarão primeiro os defeitos. Explique o que houve e peça para refletirem como as pessoas se lembram primeiro dos defeitos, antes das qualidades, para que pensem bem antes de fazer um comentário negativo sobre outra pessoa.

Tempo de duração: 20 minutos.



19.5 DINÂMICA 5

Objetivo: demonstrar como as pessoas podem ter pontos de vista diferentes e contraditórios a respeito do mesmo assunto.

Materiais utilizados: três fotos de objetos, folha de papel e caneta.

Metodologia: selecione três colaboradores e entregue uma foto de um objeto a cada um. Os participantes devem descrever a imagem para o restante do grupo sem falar qual objeto está na imagem. Distribua papel e caneta para o restante do grupo e peça que desenhem o que foi descrito pelo participante com a foto. No final da dinâmica, compare os desenhos do grupo com a imagem descrita. Posteriormente, explique que muitas pessoas podem ser prejudicadas, porque ouviram de outras, que alguém disse algo e que foi distorcido pelo caminho. No final, em nada parecerá com a verdade, como os desenhos e a foto da dinâmica. Como diz o dito popular, “quem conta um conto aumenta um ponto”.

Tempo de duração: 30 minutos.

19.6 DINÂMICA 6

Objetivo: demonstrar como conflitos pessoais entre funcionários podem prejudicar o trabalho.

Materiais utilizados: computador e projetor.

Metodologia: coloque a seguinte questão para os participantes: “Supondo que o trabalho de vocês dependa do trabalho do seu colega, vocês tiveram uma discussão e estão sem se falar, devido a fofocas ou assuntos pessoais. Seu colega de trabalho comete um erro e/ou esquece de algo que deveria ter feito, o que você sabe que irá prejudicar o resultado final do trabalho, como você reagiria ao perceber tal fato?”. Sugira algumas opções: a) Você ignora o fato e continua o processo; ou b) Você mesmo faz a parte que ele errou/esqueceu de qualquer jeito, para que assim não tenha de falar com ele e para não dizer que você não fez nada sobre. Deixe que eles se posicionem sobre as opções. Em seguida, conclua afirmando que nenhuma das alternativas pode ser considerada a correta. Nesse momento, faça com que percebam que o pessoal pode se sobrepor ao profissional e, assim, prejudicar o resultado final do trabalho.

Tempo de duração: 20 minutos.



DINÂMICAS PARA ENFRENTAMENTO DA COVID-19

No último capítulo, abordaremos a questão da covid-19 e formas de enfrentamento.

Os desafios atuais e as alterações temporárias nos padrões de saúde e segurança no trabalho exigem a adoção de medidas de proteção e prevenção, e a realização de ações essenciais para o enfrentamento da doença causada pelo coronavírus e a contenção da sua disseminação em ambientes ocupacionais, proporcionando, por conseguinte, a manutenção da saúde do trabalhador. À vista disso, as dinâmicas a seguir têm o intuito de ressaltar a importância dos equipamentos de proteção e da higienização em tempos de pandemia.

20.1 DINÂMICA 1

Objetivo: conscientizar sobre a importância do uniforme na segurança alimentar, especialmente em tempos de pandemia.

Materiais utilizados: uniforme adequado para cozinha, ingredientes para alguma preparação simples (como sanduíche).

Metodologia: enquanto conversa com os colaboradores, prepare um sanduíche, vestindo uniforme inadequado, sem jaleco, sem luvas e sem máscara, com barba, de anel e outros acessórios. Na mesa ao lado, uma pessoa usando uniforme correto, incluindo máscara, faz outro sanduíche. Ao terminar de montá-los, pergunte aos participantes: “Qual dos dois sanduíches vocês se sentem mais seguros em provar?”. Posteriormente, explique a importância do uso correto do uniforme para não contaminar os alimentos durante o preparo, especialmente em pandemia, quando o uso de máscara é obrigatório.

Tempo de duração: 15 minutos.

20.2 DINÂMICA 2

Objetivo: tirar dúvidas sobre a transmissão da covid-19 e reforçar as novas normas técnicas específicas.

Materiais Utilizados: placa de VERDADEIRO ou FALSO (uma palavra na frente da folha e a outra no verso), projetor e computador.

Metodologia: distribua as plaquinhas de Verdadeiro e Falso. Projete hipóteses referentes à contaminação e às normas técnicas, e peça que os participantes avaliem a situação apresentada e levantem a placa de verdadeira ou falso. Na sequência, dê a resposta certa e esclareça as dúvidas que surgirem no decorrer da dinâmica. Essa é uma maneira de reforçar as normas e novos hábitos adotados, que não podem ser tratados com desleixo.

Tempo de duração: 30 minutos.

20.3 DINÂMICA 3

Objetivo: conscientizar quanto à importância do uso da máscara.

Materiais utilizados: computador e projetor.

Metodologia: traga imagens que demonstrem a importância do uso da máscara por todos da equipe. Apresente dados que mostrem o risco do contágio pelo não uso do equipamento, mesmo que a maioria faça o uso da máscara o risco de contágio entre os colaboradores ainda sim é grande. Veja os exemplos:



Tempo de duração: 20 minutos.

20.4 DINÂMICA 4

Objetivo: refletir sobre a contaminação do vírus nos alimentos e utensílios.

Materiais utilizados: algum hortifrúti, *glitter* ou tinta, uma pia com água disponível e produto sanitizante.

Metodologia: teatro – encene a situação em que ocorre o recebimento de mercadorias, e o entregador está contaminado com a covid-19, mas não sabe. Ele faz a entrega usando a máscara, mas faz seu uso de maneira errada e somente no contato com o recebedor. Use *glitter* ou tinta para simular o vírus, e encoste nos alimentos recebidos. Depois, simule a preparação dos alimentos com uma higiene malfeita, de forma que, no final da preparação, ainda reste *glitter* ou tinta no alimento. Faça um questionamento sobre a forma de higienização e sobre os cuidados que devemos ter com os alimentos já preparados. Aponte os pontos em que é preciso ter mais atenção, demonstrando como fazer a higienização de maneira correta. Explique que, normalmente, o alimento não é foco de contaminação, já que o vírus não se reproduz no alimento. Porém, por se tratar de um vírus respiratório, no percurso do alimento pronto até o prato da pessoa, pode ocorrer a contaminação de alguma superfície ou utensílio. Frise que os vírus, assim como as bactérias, não alteram o sabor dos alimentos e são imperceptíveis a olho nu. Por isso a higiene correta é tão importante.

Tempo de duração: 40 minutos.

20.5 DINÂMICA 5

Objetivo: reforçar as medidas de segurança.

Materiais utilizados: papel e caneta.

Metodologia: peça que os colaboradores se dividam em duplas ou trios, e escolham uma música para, em cima dela, fazerem uma paródia, na qual abordem as novas medidas de segurança adotadas na cozinha ou as restrições para prevenção geral da contaminação. Dê um tempo para os grupos criarem a letra e no final peça que cada grupo mostre a sua versão.

Tempo de duração: 1 hora.

20.6 DINÂMICA 6

Objetivo: demonstrar a importância de lavar as mãos com água e sabão.

Materiais utilizados: pratos, água, orégano e detergente.

Metodologia: pegue dois pratos. Em um deles coloque água e orégano. No outro, água e sabão. Peça para que um colaborador voluntário coloque o dedo no prato com água e orégano – o dedo sairá sujo. Em seguida, peça que o aluno mergulhe o mesmo dedo, desta vez, no prato com sabão – o dedo sairá limpo. Por fim, indique que ele leve de novo o mesmo dedo para o prato com orégano. O resultado é que o sabão fará todos os grãos de orégano se afastarem. Discuta como a experiência mostra a importância de lavar as mãos com água e sabão.

Tempo de duração: 20 minutos.

ABREVIATURAS

ANVISA	Agência Nacional de Vigilância Sanitária
CFN	Conselho Federal dos Nutricionistas
DTA	Doença Transmitida por Alimentos
EPI	Equipamento de Proteção Individual
UAN	Unidade de Alimentação e Nutrição
UNESC	Universidade do Extremo Sul Catarinense
UV	Ultravioleta



BRITO, Daniele; SOUZA, Wanessa. **A importância do uso de equipamentos de proteção individual e a segurança dos alimentos manipulados por ambulantes no município de João Pessoa/PB**. Nutrição Brasil, [s. l.], 9 jun. 2018. Disponível em: <<https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/nutricaoobrasil/article/view/2387/5609>>. Acesso em: 18 jul. 2021.

CIPA - dinâmica incrível com apenas uma folha de papel! Intérprete: Samara Souza. [s. l.]: YouTube, 2020. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=Nd6Ts0GVn-c>>. Acesso em: 2 jun. 2021.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS. **Resolução CFN n. 600, de 25 de fevereiro de 2018**. Dispõe sobre a definição das áreas de atuação do nutricionista e suas atribuições, indica parâmetros numéricos mínimos de referência, por área de atuação, para a efetividade dos serviços prestados à sociedade e dá outras providências. [s. l.], 2018. Disponível em: <https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/resolucoes/Res_600_2018.htm>. Acesso em: 25 jun. 2021.

DE ASSIS, Luana. **Alimentos seguros**: ferramentas para gestão e controle da produção e distribuição. 2. ed. SP: Senac, 2018. 376 p.

EDUKATU. **Atividade 4Rs**: Repensar, Reduzir, Reutilizar, Reciclar. Disponível em: <https://edukatu.org.br/uploads/post/doc/135/13_09_10_Atividade_4Rs.pdf>. Acesso em: 19 jul. 2021.

EDUKATU. **Importância da lavagem das mãos**. Disponível em: <https://edukatu.org.br/uploads/EDKT/Plano_de_aula_Lavagem_m%C3%A3os.pdf>. Acesso em: 19 jul. 2021.

FERREIRA, Aline *et al.* SEGURANÇA NO TRABALHO: O USO EFETIVO DOS EPIS PELOS COLABORADORES EM UMA UAN DE UM MUNICÍPIO DO SUDOESTE DO PARANÁ. **Simbio-Logias** [s. l.], 11 dez. 2015. Disponível em: <https://www.ibb.unesp.br/Home/ensino/departamentos/educacao/revistasimbio-logias/seguranca_no_trabalho_uso_efetivo_dos_epis.pdf>. Acesso em: 8 jul. 2021.

GENTILE, Paola. **Como ensinar microbiologia, com ou sem laboratório**: os alunos vão aprender que micro-organismos

invisíveis, como bactérias e fungos, causam doenças ou ajudam a ter saúde. [s. l.], 1 jun. 2005. Disponível em: <<https://novaescola.org.br/conteudo/385/como-ensinar-microbiologia>>. Acesso em: 13 jul. 2021.

INSTITUTO FEDERAL (Minas Gerais). Não ignore os conflitos no ambiente de trabalho! **IFMG**, [s. l.], 14 jun. 2021. Disponível em: <<https://www.ifmg.edu.br/portal/progep/desenvolvimento-de-pessoas/qualidade-de-vida-no-trabalho/nao-ignore-os-conflitos-no-ambiente-de-trabalho>>. Acesso em: 19 jul. 2021.

JUCENE, Clever. **Manual de Segurança Alimentar**: boas práticas para os serviços de alimentação. 3. ed. [s. l.]: RUBIO, 2019.

LANZA, Juliana. Boas práticas de fabricação. *In*: FOOD SAFETY BRAZIL (Brasil). **Treinamento de manipuladores de alimentos**: contaminação cruzada. [s. l.], 18 ago. 2017. Disponível em: <<https://foodsafetybrazil.org/treinamento-de-manipuladores-de-alimentos-contaminacao-cruzada>>. Acesso em: 13 jul. 2021.

LOBO, Rafael. Dinâmicas para SIPAT: Entenda a importância de atividades dinâmicas durante a SIPAT para que seu evento seja um sucesso. Fonte: Conceito Zen - <https://www.conceitozen.com.br/dinamicas-para-sipat.html>. [s. l.], 4 out. 2016. Disponível em: <<https://www.conceitozen.com.br/dinamicas-para-sipat.html>>. Acesso em: 9 jul. 2021.

LOPO, Denner. **Dinâmica de grupo para atendimento ao cliente: exemplos, benefícios e dicas**. [s. l.], 11 nov. 2019. Disponível em: <<https://conteudo.movidesk.com/dinamica-de-grupo-atendimento-ao-cliente>>. Acesso em: 8 jul. 2021.

MARQUES, José. Como lidar com a fofoca na empresa?. *In*: IBC. **O PODER DEVASTADOR DA FOFUCA NO AMBIENTE DE TRABALHO**. [s. l.], 23 jul. 2019. Disponível em: <<https://www.ibccoaching.com.br/portal/comportamento/poder-devastador-fofoca-ambiente-trabalho>>. Acesso em: 8 jul. 2021.

OLIVEIRA, Ana Flávia. As dinâmicas para SIPAT. *In*: BEECORP. **4 dinâmicas para SIPAT em seu ambiente de trabalho**. [s. l.], 20 ago. 2021. Disponível em: <<https://beecorp.com.br/dinamicas-para-sipat>>. Acesso em: 30 ago. 2021.

PAULILLO, Julio. **Dinâmicas de atendimento ao cliente funcionam mesmo?**: 3 dinâmicas de grupo para atendimento ao cliente. Disponível em: <<https://www.agendor.com.br/blog/dinamicas-de-atendimento-ao-cliente>>. Acesso em: 19 jun. 2021.

RAPOSO, Mere. **Dinâmicas para verificação da aprendizagem**. [s. l.], 3 out. 2012. Disponível em: <<http://baudeideiasmtp.blogspot.com/2012/10/dinamicas-para-verificacao-da.html>>. Acesso em: 19 jul. 2021.

SANDER, Carlos. 3 atividades para sensibilizar sua equipe. *In*: CAE. **Dinâmicas de 5S para empresas**: 3 atividades para engajar 100% da equipe. [s. l.], 4 nov. 2019. Disponível em: <<https://caetreinamentos.com.br/blog/melhoria-continua/dinamica-5s-empresas>>. Acesso em: 8 jul. 2021.

SILVA, Rafael. Colocando a dinâmica das cores e sentimentos em prática. *In*: **Dinâmica que desenvolva a empatia e interação**: Como aplicar?. [s. l.]: EADBOX, 2 abr. 2018. Disponível em: <<https://eadbox.com/dinamica-que-desenvolva-empatia>>. Acesso em: 27 jun. 2021.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DO NORTE DO PARANÁ (Brasil). **MANUAL DE MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTROLE DA COVID-19 NOS LOCAIS DE TRABALHO**. [s. l.: s. n.], 2020. Disponível em: <https://uenp.edu.br/images/eventos/2020/covid19/manual_de_prevencao_da_covid-19_no_trabalho_uenp-v_21-08-2020.pdf>. Acesso em: 20 jul. 2021.



DOIS
POR
QUATRO
editora

Este livro foi impresso para
a Dois Por Quatro Editora
em dezembro de 2022

DINÂMICAS PARA CAPACITAÇÃO EM ESTABELECIMENTOS DE ALIMENTAÇÃO COLETIVA



ALESSANDRA ZANETTE GHISI FRASSETTO (ORG.)

AUTORES:

**AMANDA DE VARGAS DE OLIVEIRA • ANA CAROLINE DAMIANI PAULINO
DANIELA BIANCHINI ROSSO • FILIPE FERNANDES GABRIEL
GEANI BILÉSIMO DAROS FERREIRA • JOÃO CARLOS DENONI JÚNIOR**

Aos manipuladores e gestores de alimentos é necessário o conhecimento sobre o Protocolo de Boas Práticas, o qual assegura que estes profissionais atuem dentro das normas estabelecidas, garantindo a sua segurança, a dos demais funcionários e, posteriormente, a dos seus clientes.

Levando em conta a importância da capacitação em boas práticas, e a percepção de uma escassez de materiais para dinamização de cursos desse tipo, percebeu-se a necessidade da criação deste livro, que tem como objetivo, além de tornar os exercícios mais lúdicos, reforçar e facilitar a formação em boas práticas para manipuladores de alimentos.