



© Unplash

## HIGIENIZAÇÃO DAS EMBALAGENS EM TEMPO DE COVID-19:

### um relato de experiência

**Annalyne Nayara Melo de Souza**<sup>1</sup>  
**Natália de Carvalho Cordeiro Lira**<sup>2</sup>  
**Heleni Aires Clemente**<sup>3</sup>  
**Danielle Soares Bezerra**<sup>4</sup>  
**Vanessa Teixeira de Lima Oliveira**<sup>5</sup>

### RESUMO

Considerada a pandemia pela Organização Mundial de Saúde, a COVID-19 causada pelo novo coronavírus já resultou em milhares de casos confirmados no Brasil. Os principais meios de transmissão da doença consistem no contato com gotículas de saliva ou espirro de pessoas infectadas, compartilhamento de objetos ou contato com superfícies contaminadas, o que justifica tamanha disseminação do vírus pelo mundo. Desse modo, esse artigo teve como objetivo, descrever uma ação educativa elaborada como produto de um projeto de extensão da Faculdade de Ciência da Saúde do Trairi do Rio Grande do Norte, a fim de auxiliar a população em geral sobre medidas de prevenção no que se refere a higienização de embalagens, alimentos e superfícies como bancadas.

Palavras-chave: Extensão comunitária; coronavirus; embalagens.

## HYGIENIZATION OF PACKAGING IN COVID-19 TIME: an experience report

<sup>1</sup> Graduanda do curso de Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi / Universidade Federal do Rio Grande do Norte (FACISA-UFRN)

<sup>2</sup> Nutricionista e Técnica em Nutrição e Dietética do curso de graduação em Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi / Universidade Federal do Rio Grande do Norte (FACISA-UFRN). Mestranda do Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva da FACISA-UFRN. Graduada em Nutrição pela UFRN.

<sup>3</sup> Docente do curso de Graduação em Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi / Universidade Federal do Rio Grande do Norte (FACISA-UFRN). Doutora em Nutrição pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE).

<sup>4</sup> Docente do curso de Graduação em Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi / Universidade Federal do Rio Grande do Norte (FACISA-UFRN). Doutora em Nutrição pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE).

<sup>5</sup> Docente do curso de graduação em Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi / Universidade Federal do Rio Grande do Norte (FACISA-UFRN). Mestre em Ciências Farmacêuticas pela UFRN.

## ABSTRACT

The new coronavirus, currently considered a pandemic by the World Health Organization, has already resulted in thousands of confirmed cases of Covid-19 in Brazil. The main means of transmission of the disease consists of contact with droplets of saliva or sneeze from infected people, sharing objects and contact with contaminated surfaces, which justifies the spread of the virus throughout the world. Thus, this article aimed to describe an educational action elaborated as a product by an extension project of the Faculty of Health Science of Trairi of Rio Grande do Norte, in order to assist the general population on preventive measures regarding the hygiene of packaging, food, surfaces like countertops.

Keywords: Community extension; coronavirus; packaging.

## HIGIENIZACIÓN DEL EMBALAJE EN EL TIEMPO DE COVID-19 : Un Informe De Experiencia

### RESUMEN

El nuevo coronavirus, actualmente considerado una pandemia por la Organización Mundial de la Salud, ya ha dado como resultado miles de casos confirmados de Covid-19 en Brasil. El principal medio de transmisión de la enfermedad consiste en el contacto con gotas de saliva o estornudos de personas infectadas, el intercambio de objetos o contacto con superficies contaminadas, lo que justifica la propagación del virus en todo el mundo. Por lo tanto, este artículo tuvo como objetivo describir una acción educativa desarrollada como producto de un proyecto de extensión de la Facultad de Ciencias de la Salud de Trairi de Rio Grande do Norte, con el fin de ayudar a la población en general a tomar medidas preventivas con respecto a la higiene de los envases, alimentos, superficies como encimeras.

Palabras clave: Extensión comunitaria; coronavirus; embalajes.

### 1. INTRODUÇÃO

Em 30 de janeiro de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou que a Síndrome Respiratória Aguda Grave do Coronavírus 2 (SARS-CoV-2), doença causada pelo novo coronavírus, conhecida como COVID-19, constituía uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional. Esta caracterização passou a ser considerada como uma pandemia a partir do dia 11 de março de 2020, quando o vírus já se alastrava em diversos países do mundo. No Brasil, até o dia 08 de maio de 2020, já registrava-se mais de 145 mil casos confirmados e 9897 óbitos (OPAS/OMS, 2020).

Os principais meios de sua transmissão, de acordo com a OPAS/OMS (2020), se dão por meio do contato próximo com pessoas infectadas; ao inspirar gotículas de tosse ou espirro de uma pessoa com Covid-19; ou ao tocar objetos ou superfícies contaminadas e em seguida tocar o rosto, em especial, a boca, nariz ou os olhos. A Organização Pan Americana de Saúde (OPAS), denota que em superfícies ou objetos, o vírus tem capacidade de sobreviver por várias horas ou até dias, tendo condicionantes variadas como o material da superfície, temperatura e umidade do ambiente (OPAS/OMS, 2020). A sobrevivência do coronavírus é de aproximadamente 72 horas no aço inoxidável e no plástico, 24 horas no papelão e 4 horas no cobre (DOREMALEN et al., 2020).

Dessa forma, como medidas de prevenção, a Associação Brasileira de Nutrição (ASBRAN), destaca que a higienização das embalagens dos produtos é de suma importância. Para isso, sugere que a população, ao chegar das compras ou receber os produtos por serviço delivery, deve lavar e higienizar as embalagens com água e sabão, e borrifar álcool 70% ou solução clorada (2,0 a 2,5%), antes de guardar os insumos já secos em seus locais de armazenamento. No tocante as frutas, legumes e verduras, o processo rigoroso de higienização deve ser mantido normalmente (ASBRAN, 2020).

Michelin, Lins e Falavigna (2020), afirmam que, apesar de não haver evidência que comprove que o alimento seja um meio de transmissão, em virtude da necessidade de um hospedeiro, seja ele animal ou humano, apresentam superfícies que ficam expostas a contaminação por contágio indireto, através do espirro ou tosse de uma pessoa infectada. A Anvisa(2020) ainda completa, ressaltando a importância de higienizar as bancadas e superfícies utilizadas na manipulação dos alimentos.

Apesar do cenário promovido pela Covid-19, estando grande parte da população em distanciamento social, há a necessidade de adquirir alimentos para suprir sua demanda fisiológica. Desse modo, torna-se importante a adoção de todas as medidas de prevenção possíveis, tendo em vista a potencial facilidade da transmissão quando se trata de objetos compartilhados e manuseio de embalagens. A adaptação a essa nova rotina de cuidados tem se tornado difícil para muitos, gerando dúvidas quando se refere, principalmente, a aquisição de hábitos para a adequada higienização.

## 2. OBJETIVO

O presente estudo teve como objetivo descrever um relato de experiência sobre a produção de materiais informativos e educativos referente ao adequado manuseio e higienização de diferentes tipos de embalagens e condições de armazenamento dos alimentos em tempo da Covid-19.

## 3. METODOLOGIA

Ação informativa e educativa foi elaborada pela equipe do projeto de extensão “Envelhecendo com Saúde e bem estar: A nutrição como ferramenta para uma longevidade saudável” da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi, da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (FACISA/UFRN), divulgada em mídias sociais. As reuniões para o planejamento da intervenção, ocorreram de modo virtual, através do canal de comunicação WhatsApp, durante o mês de abril de 2020. Inicialmente, a primeira reunião foi realizada por meio de mensagens compartilhadas no grupo do projeto via Whatsapp com toda a equipe, totalizando um número de nove membros, permitindo uma troca de ideias quanto aos cuidados para o enfrentamento e prevenção da doença causada pelo novo coronavírus.

A consolidação do tema se deu mediante o risco de contaminação a partir do fluxo intenso de pessoas em supermercados e feiras livres, do aumento do serviço de delivery e a associada manipulação dos alimentos e/ou das suas respectivas embalagens por grande parte da população. Ao fim da discussão, o tema definido foi “Higienização das embalagens em tempo de Covid-19”, uma vez que os produtos trazidos dos supermercados/mercados, feiras livres ou recebidos em domicílio, também seriam veículos de transmissão do vírus, por ficarem expostos em seus estabelecimentos e serem manuseados por várias pessoas durante a seleção.

Como material de divulgação, foi elaborado um podcast para ser veiculado nas rádios do município de Santa Cruz, região Trairi do Rio Grande do Norte. Paralelo a isso, o texto do podcast foi incluído em dez slides contendo o mesmo conteúdo

do podcast, sendo o texto complementado por ilustrações, tornando-se, assim, mais claro e didático, para serem publicados na rede social Instagram, no perfil oficial da Faculdade de Ciência da Saúde do Trairi (FACISA), assim como no site da prefeitura da cidade supracitada e compartilhadas nos demais meios de comunicação.

Para a produção do podcast, primordialmente, um texto base a ser gravado foi elaborado pelas discentes da equipe do projeto. Pensando no melhor entendimento e clareza ao divulgar as informações, o texto obedeceu uma forma de diálogo entre duas pessoas, com dúvidas a serem esclarecidas durante a conversa. O texto foi avaliado pelas orientadoras em um segundo momento virtual realizado via aplicativo WhatsApp®, sendo as sugestões de alterações discutidas para a definição do texto final.

Com a aprovação do conteúdo, deu-se início a produção do podcast. Na voz de duas discentes, cada uma representou um personagem do diálogo e as falas foram gravadas e compartilhadas via WhatsApp®. Como ferramenta para a junção dos áudios gravados, foi utilizado o site audio-joiner®.com, e para fins de edição, foi usado o software Audacity®, destinado a aplicação de música de fundo e efeitos sonoros. Após finalização do material, este foi encaminhado para as rádios de Santa Cruz onde foram reproduzidos.

No que diz respeito aos dez slides ilustrados, a respectiva elaboração se deu por meio do software Microsoft Power Point®, realizada pelas discentes que compõem a equipe do projeto. Buscou-se representar de maneira lúdica e simples, as informações precisas sobre o tema. Seguiu-se o mesmo critério do produto divulgado anteriormente, ao serem enviados para avaliação pelas coordenadoras. Após todas as alterações realizadas, as imagens foram publicadas ainda no mês de abril de 2020 e compartilhadas nas redes sociais.

#### 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da elaboração da ação educativa, todas as pessoas da equipe do projeto, composta por quatro professoras do curso de graduação em Nutrição, uma Nutricionista Técnica de Laboratório, uma Nutricionista do Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) e três discentes do curso de graduação em Nutrição da FACISA-UFRN. O Ministério da Saúde (2020), no Plano de Contingência Nacional para Infecção Humana pelo novo Coronavírus, elaborado em fevereiro de 2020, preconiza a indicação no que se refere a elaborar e divulgar materiais informativos sobre as medidas de prevenção e controle da Covid-19 (BRASIL, 2020).

Neste sentido, a intervenção realizada pela equipe do projeto, se mostrou importante por disseminar informações cruciais, e estimular práticas de medidas cabíveis quanto a higienização de embalagens dos produtos alimentícios, incluindo frutas, legumes e verduras, e, além disso, abordou o modo de desinfecção de superfícies como bancadas, utensílios, e as sacolas plásticas as quais transportam os produtos.

A linguagem adotada na produção do texto e divulgação das informações serviu como roteiro para a gravação do podcast (Figura 1), utilizando uma linguagem mais acessível, a fim de alcançar ao máximo o entendimento do público ouvinte, como sugerido por Brasil (2006).



Figura 1 – Texto produzido para o podcast

**DICAS DE HIGIENIZAÇÃO DAS EMBALAGENS**

**Chegou das compras?**

Sim, acabei de chegar!

**E agora está com dúvida de como deve higienizar as embalagens, especialmente nesse período de Coronavírus?**

Mas, é preciso higienizar todas as embalagens, ela já não vem limpas do supermercado?

**É claro que é preciso! A higienização é fundamental e deve ser seguida com cuidado! Não coloque em risco pessoas e objetos desinfetados. Não sabemos quem pegou nas mesmas embalagens no supermercado, antes de nós.**

Então, como devo começar esse processo de higiene?

**Primeiramente, o que você coloca em seu armário? Sacos, como pacotes de arroz, feijão, farinha de milho, macarrão, pacote de leite em pó? Latas, como de sardinha, milho e ervilha. Vidro de azeitona? Potes, como as de margarina, manteiga. Caixas, como as de chá, de farinhas para papas e mingau? Garrafas de óleo, de temperos?**

Fonte: autoria própria

Figura 2 – Texto produzido para o podcast (cont.)

**A solução clorada é uma mistura de água com água sanitária. Ela serve para desinfetar as nossas embalagens, prateleiras do refrigerador e bancadas, e podemos fazer ela em nossa própria casa, olha como é simples: Em uma vasilha de plástico, nunca de aço, alumínio ou inox, misture 1 litro de água limpa e 4 colheres de sopa de água sanitária e a sua solução clorada está pronta. Conserve em um frasco escuro para garantir a qualidade e use a vontade em todas as prateleiras do seu refrigerador. E lembre-se: Nunca use essa solução para beber, nem para higienizar alimentos, ela é somente para as prateleiras do refrigerador.**

E as sacolas que trago as compras, também devo higienizá-las?

**O ideal seria a utilização das sacolas retornáveis, mas no caso das de plástico, o mais recomendável é que estas sejam desprezadas, evitando assim a contaminação do vírus a partir delas.**

Ah, que ótimo!

**Essas dicas podem te ajudar a higienizar as embalagens principalmente nesse período que estamos tentando nos prevenir ao máximo contra o coronavírus.**

**Somos da UFRN FACISA. Projeto de Extensão Envelhecendo com saúde e bem estar: A nutrição como ferramenta para uma longevidade saudável. Previnam-se! E lembrem-se, fiquem em casa!**

Fonte: autoria própria

No que se refere ao meio de veiculação do podcast, a rádio foi escolhida pensando em atingir todos os níveis de públicos, inclusive, ao grupo da terceira idade. Essa escolha é justificada em virtude da comunicação a partir de rádios estar intimamente relacionada ao público idoso, já que, analisadas as condições necessárias para que haja o entendimento pleno das informações a partir desse meio, descarta-se as exigências de alfabetização ou nível cultural superior, tendo como forte característica a linguagem simples (MARCELINO; SILVEIRA, 2016).

O podcast concluído teve uma duração de 4 minutos e 43 segundos. Este foi divulgado na rádio AM comunitária da cidade de Santa Cruz - RN, durante o programa “Momento Envelhecer”, que vai ao ar todas as quintas, às 11 h00, e na rádio comunitária Santa Rita FM, no programa “A tarde com Barbosa” às 16h00. As imagens produzidas (Figuras 2) foram publicadas no dia 15 de abril de 2020, divulgadas no Instagram, no perfil/conta oficial da FACISA, que possui um total de 2.057 seguidores, alcançando, até o dia 06 de maio de 2020, um total de 1917 visualizações, 268 compartilhamentos e 336 curtidas.

Com a divulgação dos materiais produzidos, ficou evidenciada a repercussão positiva dos produtos, sobretudo das imagens, ao serem compartilhadas por meio do WhatsApp e logo serem comentadas em cidades de Estados vizinhos. Este sucesso pode ser entendido com a explicação de que as redes sociais permitem uma rápida e fácil divulgação de informações, por ter acesso facilitado e permitir interações entre pessoas e organizações, proporcionando, cada vez mais, agilidade nesse contexto (JUNQUEIRA et. al., 2020).

Figura 3 – Imagens produzidas para o Instagram



**1** Quanto as polpas de frutas, você pode lavar com água e sabão e borrifar álcool 70%.

As embalagens com queijos, presuntos ou outros frios, que venham em bandejas, podem ser colocados em recipientes limpos e com tampas. Ou, se preferir manter a embalagem, reembalar com papel filme e borrifar o álcool 70%.

**2** Os ovos devem ser refrigerados da embalagem de papelão e colocados em um recipiente limpo com tampa. Não os lave antes de colocar na geladeira, só é necessário lavar pouco antes de usá-los.

Ah! E não esqueça de armazenar os ovos

**3** Além disso, é importante higienizar as prateleiras do refrigerador e bancadas. Para isso, podemos usar **solução clorada**.

**MAS, O QUE É SOLUÇÃO CLORADA?**

Solução clorada é uma mistura de água com água sanitária. Ela serve para desinfetar nossas prateleiras do refrigerador e bancadas.

Podemos fazer em casa, da seguinte forma: Em uma vasilha de plástico, misture 1L de água limpa e 4 colheres de sopa de água sanitária. Conserve em um frasco escuro para garantir a qualidade e use em todas as prateleiras do seu refrigerador.

**LEMBRE-SE: Nunca use essa solução para beber, nem para higienizar alimentos.**

**4** Mas, se você **não tiver** álcool 70%, borrifador ou papel toalha, ainda assim é possível seguir as dicas, veja:

Na falta do álcool 70% é possível usar apenas água e sabão.

Um recipiente limpo com tampa pode substituir o borrifador.

Ao invés do papel toalha, você pode usar um pano de prato limpo e, depois, higienizá-lo.

**5**

**6**

**7**

**8**

Fonte: autoria própria

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência advinda da produção do material supracitado, nos forneceu a reflexão sobre medidas para evitar a contaminação pelo novo coronavírus no atual cenário de pandemia, visto a facilidade de disseminação que o referido possui, em virtude dos meios de transmissão anteriormente comentados e sua capacidade de sobrevivência em superfícies.

Os meios de comunicação utilizados para propagar as informações, permitiram que a intervenção alcançasse um grande número de pessoas. Dessa forma, o material produzido pela equipe do projeto de extensão, pode auxiliar no conhecimento da população em geral, sobre as medidas de higienização das embalagens dos alimentos que podem reduzir o risco da transmissão da Covid-19.

## 6. REFERÊNCIAS

ANVISA – Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Medidas de prevenção - O novo coronavírus pode ser transmitido por alimentos?**. 2020. 14p. Disponível em: [http://portal.anvisa.gov.br/noticias/-/asset\\_publisher/FXrpx9qY7FbU/content/o-novo-coronavirus-pode-ser-transmitido-por-alimentos-/219201](http://portal.anvisa.gov.br/noticias/-/asset_publisher/FXrpx9qY7FbU/content/o-novo-coronavirus-pode-ser-transmitido-por-alimentos-/219201). Acesso em: 06 mai. 2020.

ASBRAN – Associação Brasileira de Nutrição. Guia para uma alimentação saudável em tempos de Covid-19. 2020. Disponível em: <https://www.asbran.org.br/storage/downloads/files/2020/03/guia-alimentar-covid-19.pdf>. Acesso em: 06 mai. 2020.



BRASIL. Ministério da Educação. **Teorias da comunicação**. Secretária de Educação Básica. Brasília: Universidade de Brasília, 2006. 108p. Disponível em: [http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/profunc/10\\_2\\_teor\\_com.pdf](http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/profunc/10_2_teor_com.pdf). Acesso em: 06 mai. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Plano de Contingência Nacional para Infecção Humana pelo Novo Coronavírus COVID-19**. Centro de Operações de Emergências em Saúde Pública / COE-COVID-19. Secretária de Vigilância em Saúde. Brasília: 2020. 26p. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2020/fevereiro/13/plano-contingencia-coronavirus-COVID19.pdf>. Acesso em: 06 mai. 2020. Acesso em: 06 mai. 2020.

DOREMALEN, N. V. et al. **Aerosol and surface stability of SARS-CoV-2 as compared with SARS-CoV-1**. The New England Journal of Medicine, v. 382, n. 16, p.1-4, 2020. Disponível em: <https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMc2004973>. Acesso em: 06 mai. 2020.

JUNQUEIRA, F. C. et al. **A utilização das redes sociais para o fortalecimento das organizações**. XI Simpósio de Excelência em Gestão e Tecnologia, 22, 23 e 24 de outubro. 2014. Disponível em: <https://www.aedb.br/seget/arquivos/artigos14/22020181.pdf>. Acesso em: 06 mai. 2020.

MICHELIN, L.; LINS, R. S.; FALAVIGNA, A. (org.). **COVID-19: perguntas e respostas**. Centro de Telemedicina da UCS. Caxias do Sul, RS: Educs, 2020. 49p. Disponível em: <https://www.ucs.br/site/midia/arquivos/ebook-covid19-editora.pdf>. Acesso em: 06 mai. 2020.

OPAS/OMS – Organização Pan-Americana de Saúde/Organização Mundial da Saúde. Folha informativa – **COVID-19 (doença causada pelo novo coronavírus)**. 2020. Disponível em: [https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875). Acesso em 06 mai. 2020.

SEBRAE – Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas. 2020. Disponível em: <https://m.sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/artigos/orientacoes-para-evitar-disseminacao-da-covid-19-por-delivery.5cf3e54493471710VgnVCM-1000004c00210aRCRD>. Acesso em 06 mai. 2020.