

Instruções passo-a-passo para realizar o Exame Virtual Básico sobre Higiene Alimentar

Passo 1: Faça o download, insira o seu nome e salve esta [planilha de estudos](#). Pode também imprimir a planilha e preencher o seu nome manualmente.

Passo 2: Leia atentamente cada um dos módulos abaixo, por ordem, e preencha a sua planilha de estudos à medida que finaliza cada módulo. Os módulos do curso estão disponíveis para download em formato pdf a partir dos links disponíveis abaixo.

Cada módulo tem uma ou várias perguntas de autoavaliação (SAQ). Escreva as suas respostas às SAQ numa folha, pois poderá ser necessário mostrá-las antes de iniciar o exame. Após ter respondido a um conjunto de SAQ, compare as suas respostas com as nossas [disponíveis aqui](#).

INTRODUÇÃO

Assista ao [vídeo](#) 01 sobre higiene (os roteiros do vídeo estão [disponíveis aqui](#))

1. [HIGIENE VERSUS BACTÉRIAS](#)

2. [uma ANÁLISE mais DETALHADA das BACTÉRIAS](#)

Assista ao [vídeo](#) sobre a lavagem das mãos

3. [AS PESSOAS CAUSAM PROBLEMAS](#)

Assista ao [vídeo](#) sobre EPI

4. [PREVENIR A CONTAMINAÇÃO](#)

5. [MANTER A LIMPEZA](#)

Assista ao [vídeo](#) sobre limpeza

6. [CONTAMINAÇÃO](#)

7. [VOCÊ E A LEI](#)

Assista ao [vídeo](#) sobre controlo da temperatura

8. [HACCP](#) (Quando chegar a este ponto comunique ao seu empregador (ou Seafish¹) que está quase pronto para realizar o exame. Neste ponto, deve conseguir realizar o seu exame dentro de uma semana, aproximadamente.)

9. [HIGIENE ALIMENTAR BÁSICA EM APARELHOS DE FRITAR PEIXE](#) (Somente para pessoas que trabalhem na indústria do *fish and chip*.)

Respostas às perguntas de autoavaliação (SAQ) – [disponível aqui](#).

Passo 3: Se tiver tempo, assista novamente aos vídeos de formação em higiene antes de realizar o exame.

Passo 4: Complete um ou dois [testes de ensaio](#), iniciando sessão no nosso portal virtual de testes.

Passo 5: Leia o [ANEXO e o GUIA DE REVISÃO](#) antes de realizar o exame.

Passo 6: Faça o exame, supervisionado, através do Skype, Zoom ou Microsoft Teams.

¹ onshore@seafish.co.uk