



BACTÉRIAS E OS ALIMENTOS

para

CRIANÇAS



UNIVERSIDADE
VILA VELHA
ESPÍRITO SANTO



PPGCF
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO
EM CIÊNCIAS FARMACÉUTICAS - UVV

FAPES

Ficha Técnica

Coordenação

Dr. MARCIO FRONZA

Apoio Técnico

TAMIRES CRUZ DOS SANTOS

DANIELLE BRAGA PORTES

MATHEUS CAMPOS DOS SANTOS

Iniciação Científica

GUSTAVO FLEGLER SILVA

Parceria

EMEI ALDEIA PAU BRASIL

Financiamento

FAPES - FUNDAÇÃO DE AMAPARO À PESQUISA E INOVAÇÃO
DO ESPÍRITO SANTO

Apoio

UNIVERSIDADE VILA VELHA

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS
FARMACÊUTICAS



UNIVERSIDADE
VILA VELHA
ESPÍRITO SANTO



FAPES

Projeto de educação ambiental e científica aplicada à comunidade escolar Indígena Tupiniquim de Aracruz - ES



UNIVERSIDADE
VILA VELHA
ESPÍRITO SANTO



FAPES

SUMÁRIO

Capítulo 1: Bem-vindos ao Mundo das Bactérias.	5
Capítulo 2: Como as Bactérias Crescem?	6
Capítulo 3: Bactérias Amigáveis e Bactérias Perigosas.	7
Capítulo 4: Por que Devemos nos Preocupar com a Higiene dos Alimentos?	8
Capítulo 5: O Poder do Lavar as Mãos.	9
Capítulo 6: A Jornada dos Alimentos na Cozinha.	10
Capítulo 7: Os Segredos da Geladeira.	11
Capítulo 8: Os Superpoderes do Cozinhar.	12
Capítulo 9: Hora da Limpeza!	13
Capítulo 10: Os Inimigos Invisíveis na Escola.	14
Capítulo 11: Desafio: Torne-se um Cientista da Microbiologia!	15
Capítulo 12: Parabéns! Você é um Especialista em Segurança Alimentar!	16

Capítulo 1: Bem vindos ao mundo das bactérias

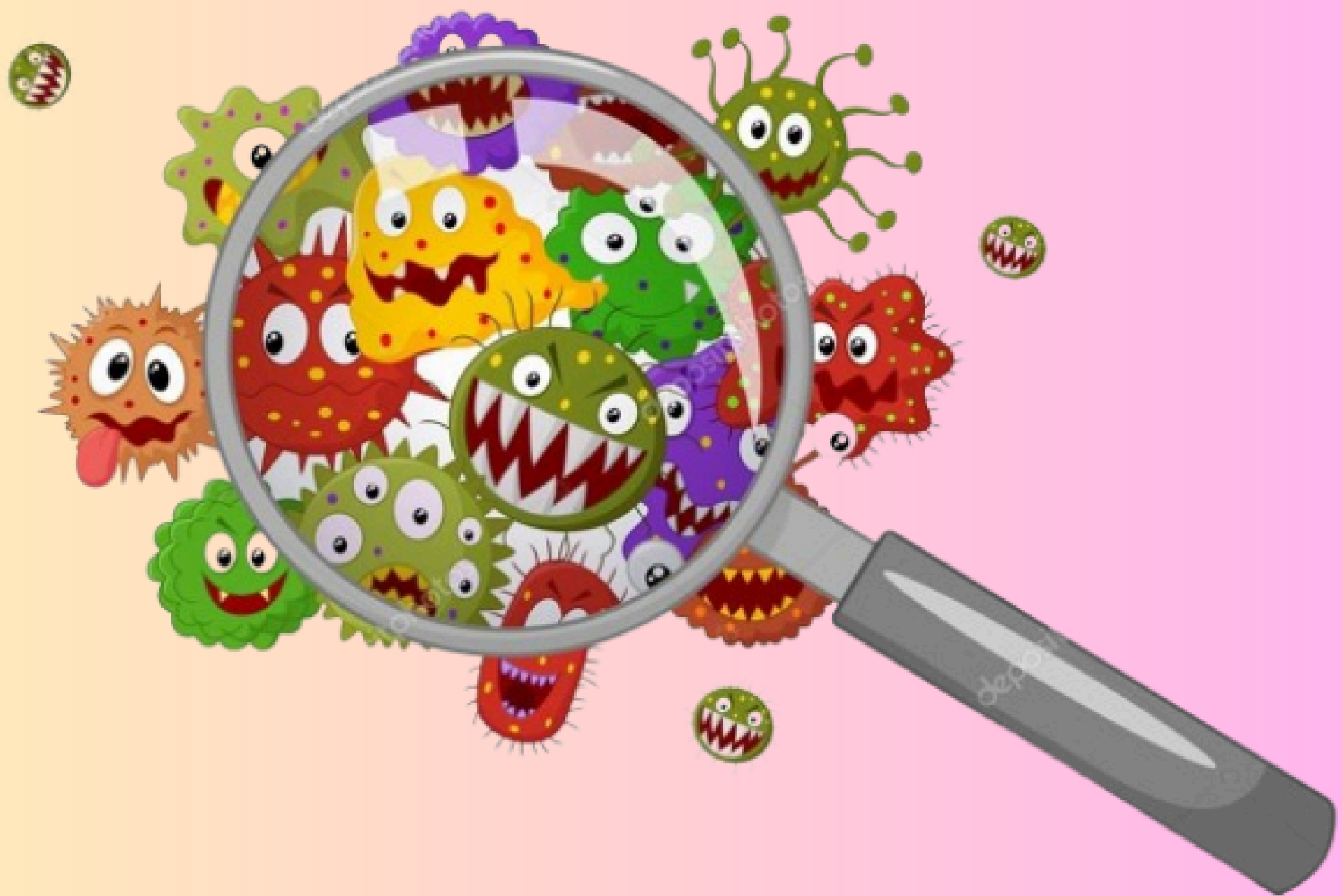
Olá, amiguinho!
Você já ouviu falar das bactérias?



Elas são seres muito pequenininhos que não conseguimos ver só com os nossos olhos. Elas vivem em muitos lugares, inclusive nos alimentos que comemos. Algumas bactérias são boas e outras podem nos deixar doentes se não tomarmos cuidado.

Vamos aprender mais sobre elas juntos?

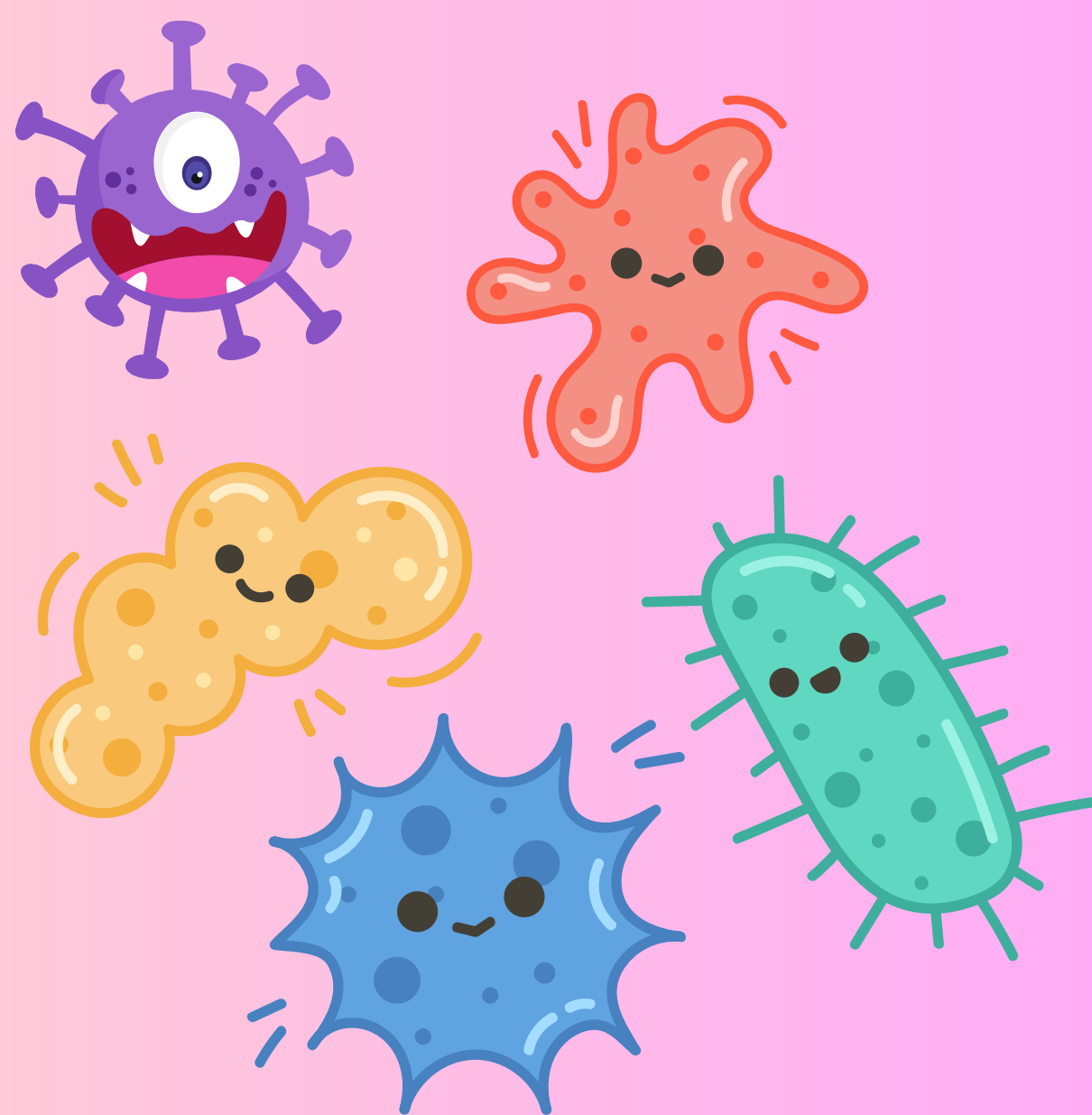
Capítulo 2: Como as Bactérias Crescem?



As bactérias gostam de crescer em lugaresquentinhos, úmidos e com comida. Quando estãoem um lugar assim, elas se multiplicam muito rápido! Por isso que é importante guardar os alimentos na geladeira e não deixar comidas fora por muito tempo. Assim, as bactérias não têm temperatura para crescer e depois, causar dor de barriga.

Capítulo 3: Bactérias Amigáveis e Bactérias Perigosas

Sabia que nem todas as bactérias são ruins? Algumas são nossas amiguinhas e até nos ajudam! As bactérias amigáveis podem nos ajudar a ficarmos saudáveis e também servem para produzir iogurte e queijo, por exemplo.



Já outras são perigosas, podem nos deixar doentes. Então, precisamos ficar atentos, para cuidarmos da higiene pessoal e para não comermos alimentos estragados.

Capítulo 4: Por que Devemos nos Preocupar com a Higiene dos Alimentos?



A higiene dos alimentos é muito importante para que possamos comer com segurança.

Se não lavarmos as mãos antes de preparar a comida, as bactérias podem passar dos nossos dedos para os alimentos e nos deixar doentes. Por isso, devemos sempre lavar bem as mãos e limpar os utensílios de cozinha!

Capítulo 5: O Poder do Lavar as Mãos



Lavar as mãos é como uma superpoderosa proteção contra as bactérias! Quando lavamos as mãos com sabão e água, as bactérias ruins vão embora pelo ralo e não ficam nos alimentos. Por isso, lembre-se de sempre lavar as mãos antes de comer e de preparar os alimentos.

Capítulo 6: A Jornada dos Alimentos na Cozinha



Os alimentos passam por uma grande aventura até chegarem ao nosso prato!

Eles são comprados no mercado, guardados na geladeira e preparados na cozinha, mas precisamos ter cuidado para que essa aventura seja segura. Assim, os alimentos precisam ser lavados ou cozidos antes de chegar ao nosso prato fresquinhos e deliciosos!

Capítulo 7: Os Segredos da Geladeira



A geladeira é como uma casa mágica para os alimentos! Ela mantém os alimentos frescos e evita que as bactérias ruins cresçam. É bem importante guardar os alimentos na geladeira logo após comprá-los e manter a geladeira sempre limpinha.

Capítulo 8: Os Superpoderes do Cozinhar



O calor tem um superpoder: ele mata as bactérias ruins nos alimentos!

Quando cozinhamos os alimentos direitinho, garantimos que eles fiquem seguros para comer. Por isso, sempre devemos cozinhar os alimentos até que fiquem bem quentinhos (70 Graus).

Capítulo 9: Hora da Limpeza!



Depois de preparar uma refeição deliciosa, é importante não deixar os alimentos fora da geladeira, porquê eles são ricos em proteínas e as bactérias adoram!

Depois, é hora de deixar a cozinha limpinha! Lavar os utensílios, as panelas e a bancada da cozinha é muito importante para evitar que as bactérias se espalhem!

Capítulo 10: Os Inimigos Invisíveis na Escola



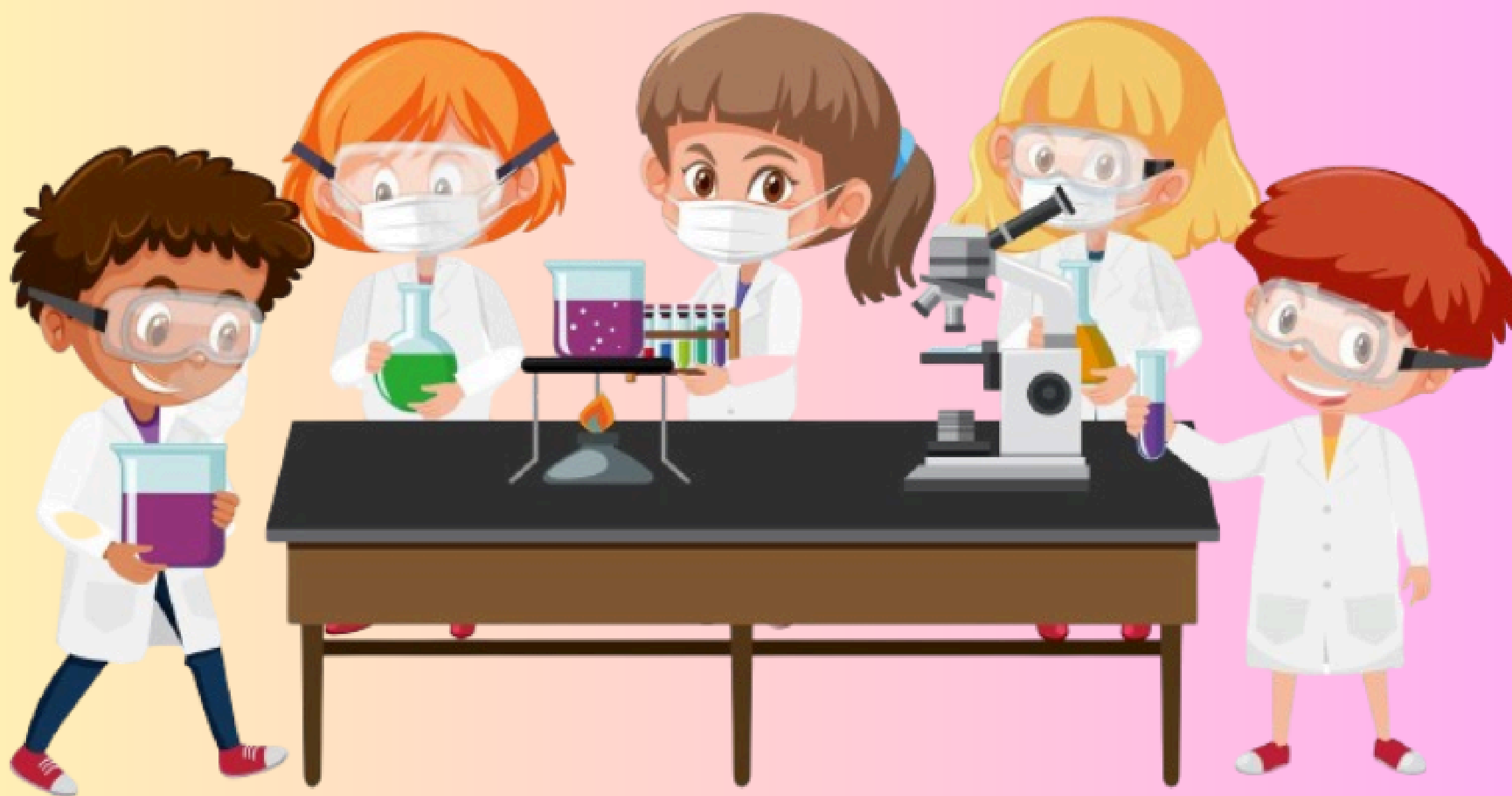
Na escola, também encontramos inimigos invisíveis: as bactérias!

É importante lavarmos as mãos antes de comer o lanche e depois de ir ao banheiro. Assim, nos protegemos e garantimos que possamos brincar e estudar com segurança!



Capítulo 11: Desafio: Torne-se um Cientista da Microbiologia!

Você está pronto para se tornar um verdadeiro cientista da microbiologia?



O desafio é usar todos os superpoderes que aprendemos para entender e controlar os micróbios nos alimentos! Lembre-se de aprender sobre as bactérias, manter a higiene na cozinha e garantir que os alimentos estejam seguros para consumo. Vamos lá!

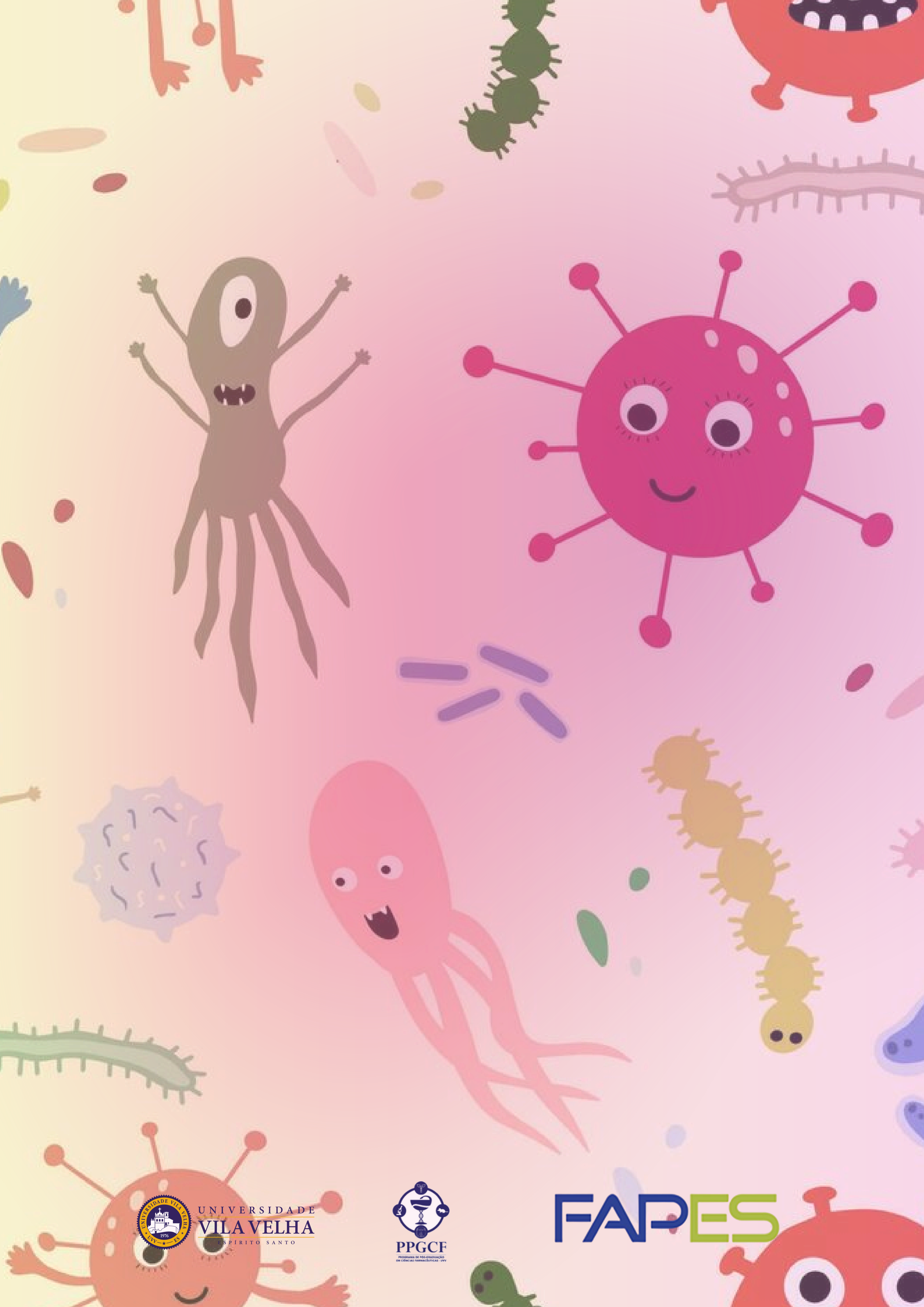
Capítulo 12: Parabéns! Você é um Especialista em Segurança Alimentar!



Uau!!!! Você chegou até o final da nossa jornada sobre segurança alimentar!

Agora você é um verdadeiro especialista em cuidar dos alimentos e da sua saúde. Continue praticando esses hábitos seguros e compartilhe esse conhecimento com seus amigos e familiares.

Parabéns pelo seu superpoder de manter os alimentos seguros e saudáveis!



UNIVERSIDADE
VILA VELHA
ESPIRITO SANTO



FAPES