
Ano Letivo 2022-23

Unidade Curricular DIETÉTICA APLICADA

Cursos DIETÉTICA E NUTRIÇÃO (1.º ciclo)

Unidade Orgânica Escola Superior de Saúde

Código da Unidade Curricular 15191074

Área Científica DIETÉTICA E NUTRIÇÃO

Sigla

Código CNAEF (3 dígitos) 726

Contributo para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável - ODS (Indicar até 3 objetivos) 3;12;13

Línguas de Aprendizagem Português - PT

Modalidade de ensino

Presencial

Docente Responsável

Sónia Alexandra da Silva Pimentão Fialho

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)
Sónia Alexandra da Silva Pimentão Fialho	T; TP	T1; TP1; TP2	30T; 60TP

* Para turmas lecionadas conjuntamente, apenas é contabilizada a carga horária de uma delas.

ANO	PERÍODO DE FUNCIONAMENTO*	HORAS DE CONTACTO	HORAS TOTAIS DE TRABALHO	ECTS
3º	S2	30T; 30TP	140	5

* A-Anual;S-Semestral;Q-Quadrimestral;T-Trimestral

Precedências

NUTRIÇÃO HUMANA

Conhecimentos Prévios recomendados

Conhecimentos sólidos em Nutrição Humana, Dietoterapia e Planeamento de Dietas.

Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências)

A frequência desta unidade curricular deve dotar os estudantes de competências que lhes permitam:

- Entender o conceito de serviço/unidades de alimentação e a sua visão estratégica;
- Compreender o processo de gestão de uma unidade de alimentação e nutrição, de gestão direta ou concessionada, sendo capaz de planear e gerir a produção de refeições e os recursos técnicos e humanos que lhe são essenciais;
- Identificar e aplicar os instrumentos de apoio à gestão nas áreas de atuação do Nutricionista;
- Conhecer a estrutura de um caderno de encargos para fornecimento de refeições;
- Elaborar ementas e respetivas fichas técnicas de acordo com cadernos de encargos/orientações para diferentes grupos populacionais, tendo em consideração os princípios de uma alimentação mediterrânica e outras orientações adequadas a diferentes populações;
- Identificar metodologias para avaliação do desperdício alimentar e implementar medidas para a redução do mesmo.

Conteúdos programáticos

1. Serviços/ Unidades de Alimentação
 - Origem e evolução
 - Planeamento e gestão
 - Ferramentas de apoio ao planeamento e gestão - Ementas, fichas técnicas, capitações, caderno de encargos e manual de dietas
 - Gestão da produção e das operações
 - Sustentabilidade
 2. Capitações dos géneros alimentícios ajustados às diferentes faixas etárias e grupo populacionais
 3. Cadernos de encargos
 - Construção de cadernos de encargos
 - Resposta a concursos
 4. Planeamento e avaliação de ementas
 - Critérios de elaboração de ementas
 - Planeamento de ementas e elaboração de fichas técnicas
 - Integração dos princípios da Alimentação Mediterrânica na elaboração e planeamento de ementas
 - Avaliação de ementas
 5. Desperdício Alimentar
 - Metodologias para avaliação do desperdício alimentar
 - Propostas de medidas para mitigação do desperdício alimentar
-

Metodologias de ensino (avaliação incluída)

Os conteúdos teóricos (T) são apresentados com recurso a metodologias expositivas com apoio de meios audiovisuais. Nas aulas teórico-práticas serão realizados trabalhos de grupo, que terão como objetivo capacitar os alunos para elaborar ementas e respetivas fichas técnicas assim como de aplicar ferramentas de avaliação de ementas/desperdício alimentar.

A avaliação contínua assenta na realização de trabalhos de grupo (TP) e um teste escrito (T), a aprovação na unidade curricular é obtida com uma classificação igual ou superior a 9.5 valores, resultante do somatório das classificações obtidas:

- nos trabalhos de grupo (50%): média ponderada dos trabalhos realizados, sendo que a nota mínima de cada um é de 9.5 valores. A assiduidade terá uma ponderação de 10% na nota final (TP);
- um teste escrito sumativo (50%).

A classificação em cada uma das avaliações não pode ser inferior a 9,5 valores.

Serão dispensados de exame os alunos que obtiveram classificação final igual ou superior a 10 valores.

Bibliografia principal

- CENTRO DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRIÇÃO, INSA. (2006). Tabela de Composição de Alimentos. Lisboa.
- Mahan, LK, Escott-Stump, S, Raymond, JL. (2017). Krause's Food & the Nutrition Care Process. 14th ed. Saunders.
- Bib. complementar:
- Associação Portuguesa de Nutrição. (2019). Manual de «Equivalentes» alimentares. Porto.
- Associação Portuguesa de Nutrição. (2017). Alimentar o futuro: uma reflexão sobre sustentabilidade alimentar. Ebook nº 43. Porto
- Ferreira, ASM, Gregório MJ, Santos C, Graça P. (2017) Proposta de Ferramenta de Avaliação Qualitativa de Ementas Destinada a Idosos. DGS.
- Gregório, MJ, Graça, P. (2021). Manual de dietas hospitalares. DGS.
- Gregório, MJ, Graça, P. (2015). Orientações para o fornecimento de refeições saudáveis pelas entidades da economia social. DGS.
- Lima, RM. (2018). Orientações sobre Ementas e Refeitórios Escolares. DGE.
- Lobato, L. Silva, SG, et. al. (2016) Planeamento de refeições vegetarianas para crianças em restauração coletiva: princípios base. DGS.

Academic Year 2022-23

Course unit APPLIED DIETETICS

Courses DIETETICS AND NUTRITION (1st Cycle)

Faculty / School SCHOOL OF HEALTH

Main Scientific Area

Acronym

CNAEF code (3 digits) 726

Contribution to Sustainable Development Goals - SGD (Designate up to 3 objectives) 3;12;13

Language of instruction Portuguese - PT

Teaching/Learning modality Presential

Coordinating teacher Sónia Alexandra da Silva Pimentão Fialho

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
Sónia Alexandra da Silva Pimentão Fialho	T; TP	T1; TP1; TP2	30T; 60TP

* For classes taught jointly, it is only accounted the workload of one.

Contact hours	T	TP	PL	TC	S	E	OT	O	Total
	30	30	0	0	0	0	0	0	140

T - Theoretical; TP - Theoretical and practical ; PL - Practical and laboratorial; TC - Field Work; S - Seminar; E - Training; OT - Tutorial; O - Other

Pre-requisites

NUTRIÇÃO HUMANA

Prior knowledge and skills

Prior knowledge in Human Nutrition, Diet therapy and Diet planning are required.

The students intended learning outcomes (knowledge, skills and competences)

The attendance of this curricular unit should provide students with skills that allow them to:

- Understand the concept of food units and their strategic vision;
- Understand the management process of a food and nutrition unit, managed directly or under concession, being able to plan and manage the production of meals and the technical and human resources that are essential;
- Identify and apply management support instruments in the Nutritionist's areas of activity;
- Know the structure of a specification for the provision of meals;
- Develop menus and respective technical sheets according to specifications/guidelines for different population groups, taking into account the principles of the Mediterranean diet and other guidelines suitable for different populations;
- Identify methodologies to assess food waste and implement measures to reduce it.

Syllabus

1. Food Units

- Origin and evolution
- Planning and management
- Tools to support planning and management - Menus, technical sheets, capitations, specifications and diet specifications
- Production and operations management
- Sustainability

2. Food intake adjusted to different age and population groups

3. Specifications

- Construction of specifications
- Reply to contests

4. Planning and evaluation of menus

- Criteria for preparing menus
- Menu planning and preparation of technical sheets
- Integration of the principles of Mediterranean Food in the preparation and planning of menus
- Evaluation of menus

5. Food Waste

- Methodologies for assessing food waste
 - Proposals for measures to mitigate food waste
-

Teaching methodologies (including evaluation)

Theoretical contents (T) are presented using expository methodologies with the support of audiovisual media. In the theoretical-practical classes, group work will be carried out, which will aim to enable students to prepare menus and respective technical sheets as well as application tools for evaluating menus/food waste.

Continuous assessment is based on group work (TP) and a written test (T), passing the curricular unit is obtained with a classification equal to or greater than 9.5 values, resulting from the sum of the classifications obtained:

- in the group work (50%): weighted average of the work done, with the minimum grade for each one being 9.5 points;. The attendance will have a ponderation of 10% in the final classification (TP);

- a summative written test (50%).

The classification in each of the evaluations cannot be less than 9.5 values.

Students who obtained a final grade equal to or greater than 10 values will be exempted from the exam.

Main Bibliography

- CENTRO DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRIÇÃO, INSA. (2006). Tabela de Composição de Alimentos. Lisboa.
- Mahan, LK, Escott-Stump, S, Raymond, JL. (2017). Krause's Food & the Nutrition Care Process. 14th ed. Saunders.
- Bib. complementar:
- Associação Portuguesa de Nutrição. (2019). Manual de «Equivalentes» alimentares. Porto.
- Associação Portuguesa de Nutrição. (2017). Alimentar o futuro: uma reflexão sobre sustentabilidade alimentar. Ebook nº 43. Porto
- Ferreira, ASM, Gregório MJ, Santos C, Graça P. (2017) Proposta de Ferramenta de Avaliação Qualitativa de Ementas Destinada a Idosos. DGS.
- Gregório, MJ, Graça, P. (2021). Manual de dietas hospitalares. DGS.
- Gregório, MJ, Graça, P. (2015). Orientações para o fornecimento de refeições saudáveis pelas entidades da economia social. DGS.
- Lima, RM. (2018). Orientações sobre Ementas e Refeitórios Escolares. DGE.
- Lobato, L. Silva, SG, et. al. (2016) Planeamento de refeições vegetarianas para crianças em restauração coletiva: princípios base. DGS.