

MISSÃO E VISÃO

Missão	<i>Promover educação superior de excelência, formando profissionais competentes e éticos, cidadãos comprometidos com o desenvolvimento da sociedade e com o segmento das pessoas com deficiência, conscientes de sua função transformadora.</i>
Visão	<i>Ser referência regional em educação superior, reconhecida pela excelência de sua atuação e compromisso social.</i>

DADOS DA DISCIPLINA

CÓDIGO	NOME	CH TOTAL	PERÍODO	HORÁRIO
Vzboln7	TÉCNICAS DIETÉTICAS	60h T - 20h / P - 40h	1º	Noturno

EMENTA

Alimentos: conceito, classificação e características. Grupos de alimentos: valor nutritivo, caracteres organolépticos, objetivos e fases de preparo de alimentos. Seleção, quantificação de alimentos e fichas técnicas. Aquisição e conservação de alimentos. Terminologia, pesos e medidas equivalentes. Preparação de alimentos de origem animal e vegetal e sua utilização em dietas normais e especiais. Cocção: processos e métodos. Restrições alimentares. Leis e princípios básicos da nutrição. Alimentação funcional e orgânica.

OBJETIVOS

GERAL

Compreender a sistematização dos procedimentos e das técnicas adequadas para aquisição, seleção, pré-preparo, preparo, conservação e armazenamento de alimentos, visando à preservação dos nutrientes.

ESPECÍFICOS

Obter conhecimentos sobre identificação dos pesos e medidas de alimentos e preparações, tendo em vista sua aplicação prática.

Analisar as propriedades e mudanças químicas produzidas no alimento de acordo com o método de cocção empregado. Identificar técnicas de preparo, conservação e as propriedades fundamentais dos alimentos.

Elaborar preparações adequadas às características biológicas, socioeconômicas, culturais e psicossociais dos indivíduos.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

UNIDADE I - APRESENTAÇÃO DA DISCIPLINA (3h)

1.1 Conceitos básicos em técnica dietética: alimentos, nutrientes, conceitos de biodisponibilidade de nutrientes. 1.2 Leis e princípios básicos da gastronomia

UNIDADE II - TERMINOLOGIA PARA PESOS E MEDIDAS (5h)

2.1 Métodos de medidas de alimentos
2.2 "Per capita", porção, fator de correção, medidas caseiras
2.3 Prática: Mensuração dos diversos grupos de alimentos e interpretação dos resultados

UNIDADE III - CONSERVAÇÃO E CONDIÇÕES SANITÁRIAS E HIGIÊNICAS (5h)

3.1 Aquisição de alimentos
3.2 Condições sanitárias e higiênicas
3.3 Conservação: calor, frio, desidratação, radiação ionizante, vácuo

3.4 Prática: Conservação de alimentos por métodos diferentes e interpretação de resultados

UNIDADE IV - COZÇÃO, PROCESSOS E MÉTODOS (5h)

4.1 Transformações dos alimentos. Micro-ondas, cozção a vapor, calor úmido e seco, assado, grelhado, a pressão. 4.2 Prática: Preparações elaboradas por diversos processos básicos de cozção

4.2 TDE 1

UNIDADE V - GRUPOS DE ALIMENTOS (6h)

5.1 Conceituação, características organolépticas, fases de preparo dos alimentos, formas de consumo 5.2 Tipos de cortes

UNIDADE VI - ALIMENTOS DE ORIGEM ANIMAL E VEGETAL E SUAS APLICAÇÕES EM TÉCNICA DIETÉTICA (18h)

6.1 Cereais: conceituação, utilização em técnica dietética, preparação e cozção, confecção de massas alimentícias e panificações

6.2 Verduras, leguminosas e frutas: Composição química, tipos, características. Modificações nutricionais durante a cozção

6.3 Ovos e leite: Composição química, tipos, características. Modificações nutricionais durante a cozção

6.3.1 Prática: Elaboração de preparações a base de leite, cálculos de rendimento, "per capita".

6.4 Carnes: Composição química, tipos, características. Modificações nutricionais durante a cozção

6.4.1 Prática: Tipos de cortes de carnes de distintas espécies, avaliação de rendimento e determinação dos "per capita" e fator de correção das preparações elaboradas

6.5. Leguminosas: conceito, classificação, tipo e cozção de leguminosas secas

6.6 TDE 2

UNIDADE VII - ALIMENTOS DE ORIGEM ANIMAL E VEGETAL E SUAS APLICAÇÕES EM TÉCNICA DIETÉTICA (7h)

7.1 Óleos, gorduras: conceito, características e uso adequado nas preparações.

7.2 Açúcares, adoçantes e edulcorantes: conceito, características e uso adequado nas preparações. 7.3 Bebidas e infusões: definições, tipos e características.

UNIDADE VIII - ALIMENTAÇÃO FUNCIONAL E ORGÂNICA (6h)

8.1 Alimento natural orgânico

8.2 Alimento funcional

UNIDADE IX - RESTRIÇÕES ALIMENTARES (5h)

9.1 Alternativas nas alergias e intolerâncias alimentares

9.2 Produtos diet e light

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

UNIDADE I - Apresentação da disciplina. Informações gerais sobre a temática a ser abordada. Sondagem em conteúdos. A exposição oral deve ser acompanhada de slides, e imagens interativas.

UNIDADE II - Sondagem inicial a partir de leitura prévia de texto. A exposição oral deve ser acompanhada de slides, e imagens interativas. Atividade em sala.

UNIDADE III - Apresentação de estudos de casos sobre a temática a ser trabalhada. Debate em sala de aula. Exposição oral.

UNIDADE IV – Exposição oral deve ser acompanhada de slides, e imagens interativas. TDE.

UNIDADE V - Exposição oral deve ser acompanhada de slides, e imagens interativas. Debate e atividade em sala de aula



UNIDADE VI – Seminário com orientações prévias sobre a temática. Debate. TDE 2

UNIDADE VII - Exposição oral deve ser acompanhada de slides, e imagens interativas. Práticas

UNIDADE VIII - Exposição oral deve ser acompanhada de slides, e imagens interativas. Práticas

UNIDADE IX - Exposição oral deve ser acompanhada de slides, e imagens interativas. Práticas

ATIVIDADES METODOLÓGICAS ASSOCIADAS À EXTENSÃO

Apresentação sobre possíveis ações de extensão, tendo como foco “os cuidados higiênicos sanitários” que as famílias devem ter durante a compra e armazenamentos de alimentos em suas casas.

Elaboração de encarte informativo.

TRABALHOS DISCENTES EFETIVOS – TDEs (SUGESTÕES)

TDE 1 (4h)

Estudo de caso sobre DTAS durante o consumo de alimentos fora de casa e dentro de casa por conta de condutas inadequadas na compra, higienização e armazenamento

TDE 2: Estudo dirigido: leitura e análise individual de um Artigo sobre ficha técnica de preparação – bibliografia indicada pelo docente (2h)

Elaboração de relatórios das aulas práticas (Alimentos de origem animal e vegetal e carnes) – bibliografia a critério do discente (2h)

RECURSOS DIDÁTICOS E TECNOLOGIA EDUCACIONAL APLICADA

Quadro branco e Pincel

Data Show

Papel A4

Internet

Ferramentas da Plataforma Google Educacional

Laboratório

Artigos

SISTEMA DE AVALIAÇÃO DA APRENDIZAGEM

- INSTRUÇÕES BÁSICAS

A avaliação tem caráter processual (diagnóstico, formativo e somativo), objetivando o acompanhamento do desempenho do aluno no decorrer da disciplina, para tanto, devem ser considerados aspectos qualitativos como a participação ativa nas aulas e atividades acadêmicas, o relacionamento aluno-professor e aluno-aluno, a cooperação, a competência fundamentada na segurança dos conhecimentos adquiridos, a autonomia para aprofundar os conhecimentos, a pontualidade, o cumprimento de prazos na entrega de trabalhos, dentre outros.

Cotidianamente, a cada aula, a avaliação ocorrerá com base em procedimentos como: discussão de temas relacionados aos conteúdos; exercícios escritos; produção textual; estudos dirigidos; demais atividades avaliativas correlacionadas aos objetivos da unidade de estudo

Além dos aspectos qualitativos, serão observados critérios objetivos com base nas normativas institucionais:

- a) frequência mínima de 75% da carga horária da disciplina;

2 (duas) avaliações formais (provas), cada uma na proporção mínima de 70% para composição da

nota; atividades acadêmicas individuais, na proporção de até 30% para a composição da nota, quando se fizerem complementar à prova.

As três notas parciais exigidas ao aluno, obedecida a Resolução nº 015/2020 – CEPE, serão obtidas da seguinte forma: realização de 02 (duas) avaliações formais, das quais resultarão 02 (duas) Notas Parciais, sendo que, para constar no Sistema Acadêmico, a 3ª Nota Parcial será registrada a partir da repetição da maior nota dentre as notas obtidas nas 02 (duas) avaliações formais;

As 1ª e 2ª Notas Parciais, resultantes da primeira e da segunda avaliação formal, respectivamente, serão compostas pela junção da aplicação de um instrumento avaliativo formal (qualitativo) com o desenvolvimento, das atividades acadêmicas propostas pelo docente, pelo aluno, durante o período preparatório e antecedente à data da aplicação do instrumento avaliativo formal.

A aplicação dos **instrumentos avaliativos formais** será feita de forma presencial e terá peso de, no mínimo, 70% (setenta por cento), na composição das Notas Parciais, da seguinte forma:

a) a avaliação qualitativa será realizada com base no instrumento avaliativo qualitativo, conforme a Resolução nº 015/2020.

Dentre as **atividades acadêmicas** previstas pelo docente, devem ser consideradas:

a) de forma obrigatória para composição da nota da 1ª ou da 2ª avaliação:

- a leitura e interpretação do artigo científico que subsidiarão uma produção textual a ser feita pelo aluno, individualmente, a partir de um tema ou questionamentos propostos pelo professor, com base no artigo indicado; essa produção terá peso de 30% na composição da nota.

b) de forma opcional para composição da outra avaliação para a qual não foi adotado o artigo:

- TDE: caso seja pontuado, poderá ser aproveitado para composição de uma da nota no percentual de até 30%; ou

- outra atividade que o docente julgar pertinente para aprofundamento da aprendizagem e consolidação dos conteúdos poderá ser aproveitada para composição da nota no percentual de até 30%.

Em consonância às normas institucionais, não obtendo média para aprovação a partir das três notas parciais, o discente automaticamente estará inscrito para realizar a prova substitutiva e, caso ainda não seja aprovado, mas tendo alcançado a média quatro, se submeterá à prova final.

- PROPOSTA DE AVALIAÇÃO DA DISCIPLINA:

AV1:

Tipo:Qualitativa.

De forma individual, o aluno deverá construir um texto contemplando a temática dos cuidados higiênicos sanitários desde o plantio, recebimento, estocagem e consumidor final; levando em consideração as leis básicas das técnicas dietéticas.

AV2:

Tipo:Qualitativa

Avaliação prática em equipe, contendo a elaboração de um prato de acordo com a orientação do docente. Como critério de avaliação será levado em consideração os seguintes pontos: construção da ficha técnica, higienização dos ingredientes, pesos e medidas, per capita, fator de correção.

ARTIGO CIENTÍFICO E TEXTO PARA ATIVIDADES ACADÊMICAS

PAULA, M.M.X; MACHADO, A.V; COSTA, R.O. **Branqueamento de frutas e legumes**: uma revisão bibliográfica. Revista de Brasileira de Agrotecnologia. Garanhuns, PE. Vol. 4, nº1, p. 06-09. Jan-Dez 2014.

AKUTSU, R.D.C. Et.al. **A ficha técnica de preparação como instrumento de qualidade na produção de**

refeições. Campinas, SP. Vol.18 n°2. p. 277-279. 2005.

REFERÊNCIAS

Bibliografias Básicas

BENETTI, Gisele Bizon et al. **Manual de técnicas dietéticas**. São Caetano do sul são Paulo: Yendis, 2013. *E-book*

BARCIK, P. P. **Planejamento de cardápios**. Curitiba: Contentus, 2020. *E-book*.

TÉCNICA e dietética I. 1ª ed. São Paulo: Pearson Education do Brasil, 2015. *E-book*.

TÉCNICA e dietética II. 1ª ed. São Paulo: Pearson Education do Brasil, 2015. *E-book*.

Bibliografias Complementares

ORNELLAS, Lieselotte Hoeschl. **Técnica dietética: seleção e preparo de alimentos**. 8. ed., rev. e ampl. São Paulo: Atheneu, 2013. *E-book*

ZAGO, R. C. C. **Técnica dietética e gastronomia aplicada a estética**. Curitiba: Contentus, 2020. *E-book*.

CAMARGO, E. B. et al. **Técnica e dietética: pré-preparo e preparo de alimentos**. São Paulo: Atheneu, 2012. *E-book*.

São Luís
2023

Aprovado em Conselho de Curso no dia

___/___/___