

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ
SETOR DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO

Ficha 02						
UNIDADE CURRICULAR: Técnica Dietética I					Código: MA 143	
Natureza: (X) Obrigatória () Optativa		(X) Semestral () Anual () Modular				
Pré-requisito: Análise de Alimentos		Co requisito:		Modalidade: () Presencial (X) Totalmente EAD () ...% EAD*		
CH Total: 90 Teórica 02h práticas: 04h	Padrão (PD): 2h	Laboratório 04 horas	Campo (CP):	Estágio (ES):	Orientada(OR):	Prática Específica (PE):
EMENTA						
Estudo da técnica dietética e sua aplicação nos diferentes campos de trabalho do nutricionista. Experimentação com grupos de alimentos. Cálculo e aplicação do Índice de correção, conversão e hidratação. Estudo de per capita. Conversão de pesos e medidas. Elaboração de Fichas Técnicas de Preparo e custo das preparações.						
PROGRAMA						
Objetivos da Técnica Dietética, Conversão de Pesos e Medidas Caseiras, Fator de Correção e Conversão, Propriedades culinárias, valor nutricional, <i>per capita</i> e transformações sofridas durante o processo de preparo e cocção, entendimento da ficha técnica de todos os grupos de alimentos: frutas; hortaliças, leguminosas, leite, gorduras, ovos, carnes brancas e vermelhas, cereais e açúcares. Preenchimento de Fichas Técnicas de Preparo, Resgate da Cultura Alimentar Brasileira.						
OBJETIVO GERAL						
Avaliar as operações a que são submetidos os alimentos e suas modificações físicas e químicas; desenvolver diversas técnicas de preparo de alimentos visando melhorar a sua qualidade e aparência, mantendo suas características sensoriais e evitando o desperdício; entender a importância para o Nutricionista das técnicas de preparo do alimento para o seu embasamento técnico na área hospitalar, produção e social.						
OBJETIVOS ESPECÍFICOS						
Realizar experimento com alimentos Avaliar as mudanças físicas e químicas que ocorrem no alimento durante seu preparo Estimar per capita de preparações para adultos sadios Distinguir as diferentes características físicas, químicas e sensoriais entre grupos de alimentos Desenvolver fichas técnicas de preparações Aplicar princípios da gastronomia para serem aplicados em unidades produtoras de alimentos						

PROCEDIMENTOS DIDÁTICOS

Aulas Expositivas e dialogadas, fomentando e priorizando o debate;
Práticas de Laboratório;
Cálculos para montagem de Fichas Técnicas;
Seminário em grupo

Infraestrutura tecnológico, científico e instrumental necessário à disciplina: **Multimídia e**

Laboratório de Técnica Dietética.

Previsão de período de ambientação dos recursos tecnológicos a serem utilizados pelos discentes: **duas primeiras semanas de aula.**

Indicação do número de vagas: 33 vagas

Carga Horária semanal para atividades

Turma A/B: **segunda-feira-Feira 13:30 as 15:30** – 2h de aula teórica

Turma A e B: **terça-feira – 7:30 as 11:30 (A) e quinta-feira – 7:30 as 11:30 (B):** 4h de aulas práticas no Laboratório de Técnica Dietética

FORMAS DE AVALIAÇÃO

Primeira avaliação teórica - 100 pontos (peso 2)

Segunda avaliação teórica - 100 (peso2)

Primeira avaliação prática - 100 (peso 2) Apresentação em grupo - nota individual.

Segunda avaliação prática – 100 (peso 2) Seminário Resgate da Cultura Alimentar Brasileira e Memória Sensorial - Culinária Cognitiva/Afetiva. Trabalho em grupo **70% prática no laboratório (nota individual) e 30% apresentação do vídeo (nota do grupo).**

Fichas técnicas de preparo das aulas práticas - avaliação por equipe na entrega das fichas – 100 (peso2)

BIBLIOGRAFIA BÁSICA

Abreu,E.S; Spinelli,M.G.N. **Seleção e Preparo de Alimentos: gastronomia e nutrição.** Editora Metha, 2015.

Philippi, S.T. **Nutrição e Técnica Dietética.** 2. ed. São Paulo: Manole, 2006.

Domene, Semírames M.A. **Técnica Dietética – Teoria e Aplicações.** SP. Editora GuanabaraKoogan, 2011.

Ornellas, L.H. **Técnica Dietética : seleção e preparo de alimentos.** 8. ed. São Paulo:Atheneu, 2007.

Botelho, R.B.A. **Alquimia dos Alimentos (Série Alimentos e Bebidas),** Brasília: EditoraSenac, 2009.

Kovesi, B; Siffert, C; Crema, C; Martinoli, G. **400g: Técnicas de Cozinha.** São Paulo.Companhia Editora Nacional, 2008

Maciel, B. L. L; Freitas, E. P. S; Passos, T. S. Org. **Manual para elaboração de Fichas Técnicas de Preparação e oficinas culinárias**. Col. Salha, A. M et al. Natal: EDUFRN, 2021. [Disponível nos materiais da disciplina.](#)

NEPA-UNICAMP. **Tabela Brasileira de composição de alimentos**. 4 ed. rev. ampl. Campinas: NEPA-UNICAMP, 2011. 161p. Disponível em: https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/taco_4_edicao_ampliada_e_revisada.pdf

Universidade de São Paulo (USP). Food Research Center (FoRC). **Tabela Brasileira de composição de alimentos**. Versão 7.1. São Paulo, 2020. Disponível em: <http://www.tbca.net.br/index.html>

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

Pacheco, Manuela. **Tabela de Composição Química dos Alimentos e Medidas Caseiras**. RJ. Editora Rubio, 2010.

Pinheiro, Ana Beatriz e cols. **Tabela para Avaliação de Consumo Alimentar em Medidas Caseiras**. SP. Editora Atheneu, 2010.

This, H. **Um Cientista na cozinha**. 4ed. São Paulo. Ed. Ática: 2008.

Wolke, R.L. **O que Einstein disse a seu cozinheiro**. New York. W.W. Norton, 2002. Standage, T. **História do Mundo em 6 Copos**. Rio de Janeiro. Zahar, 2005

Schwarzbaum, P.; Golombek, D. **O Cozinheiro Cientista**. Rio de Janeiro: Ed. Record, 2009.

Brasil. Ministério da Saúde. Universidade Federal de Minas Gerais. **Na cozinha com as frutas, legumes e verduras**. Brasília: Ministério da Saúde, 2016. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cozinha_frutas_legumes_verduras.pdf

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Alimentos Regionais Brasileiros**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/alimentos_regionais_brasileiros_2ed.pdf

Crispim, S. et al. Manual fotográfico de quantificação alimentar infantil. Curitiba: Universidade Federal do Paraná. 2018. Disponível em: <https://enani.nutricao.ufpr.br/wp-content/uploads/2019/06/Manual-quantificacao-alimentar-infantil-BR.pdf>

Professora da Disciplina:

Giane Bientinez Sprada

Contato do professor da disciplina (e-mail e telefone para contato)

gianesprada@gmail.com gianemira@ufpr.br

Assinatura:

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ
SETOR DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO

Chefe de Departamento ou Unidade equivalente:

Márcia Regina Messaggi Gomes Dias

Assinatura: _____



CRONOGRAMA DA DISCIPLINA 2024 1
TÉCNICA DIETÉTICA I

SEMANA	DATA	TURMA	TEMA	PROFESSORA
1	10/3	A/ B	Apresentação da disciplina, ementa, Técnica Dietética: Conceito; Objetivos e Metas de consumo alimentar	Giane
	11 e 13/3	A/B	Regras do uso do laboratório- Cuidados pessoais e de segurança/ verificação de gêneros/ divisão de bancadas	
2	17/3	A/B	Teórica – Técnicas de pré-preparo e preparo de alimentos. Métodos de cocção. Pesos e medidas.	Giane
	18 e 20/3	A/B	Prática – Pesos e medidas	
3	24/3	A/B	Teórica – Elaboração de receita técnica padrão. Indicadores culinários	Giane
	25 e 27/3	A/B	Prática – Fator de correção e cocção e Fichas Técnicas	
4	31/3	A/B	Teórica - Frutas: propriedades culinárias, valor nutricional, per capita e transformações sofridas durante o processo de preparo e cocção	Giane
	01 e 03/4	A/B	Prática Frutas	
5	07/4	A/B	Teórica Hortaliças: propriedades culinárias, valor nutricional, per capita e transformações sofridas durante o processo de preparo e cocção.	Giane
	08 e 10/4	A/B	Prática - Hortaliças	
6	14/4	A/B	Teórica Cereais: propriedades culinárias, valor nutricional, per capita e transformações sofridas durante o processo de preparo e cocção	Giane
	15 e 17/4	A/B	Prática – Cereais	
7	21/4	A/B	Feriado	Giane + banca avaliadora
	22 e 23/4	A/B	Prática Leite: propriedades culinárias, valor nutricional, per capita e transformações sofridas durante o processo de preparo e cocção.	
8	28/4	A/B	Teórica Leite	Giane

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
 UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ
 SETOR DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
 DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO

	29/4 e 01/5	A/B	Feriado	Giane
9	05/5	A/B	Prova Teórica	
	06 e 08/5	A/B	Prova Prática	
10	12/5	A/B	Teórica Ovos: propriedades culinárias, valor nutricional, per capita e transformações sofridas durante o processo de preparo e cocção.	Giane
	13 e 15/5	A/B	Prática - Ovos	
11	19/5	A/B	Teórica – Açúcares: propriedades culinárias, valor nutricional, per capita e transformações sofridas durante o processo de preparo e cocção	Angelica
	20 e 22/5	A/B	Prática – Açúcares	Giane
12	26/5	A/B	Teórica – Leguminosas: propriedades culinárias, valor nutricional, per capita e transformações sofridas durante o processo de preparo e cocção	Giane
	27 e 29/5	A/B	Prática – Leguminosas	Giane
13	02/6	A/B	Teórica – Carnes e Gorduras: propriedades culinárias, valor nutricional, per capita e transformações sofridas durante o processo de preparo e cocção	Giane
	03 e 05/6	A/B	Prática de Carnes e gorduras	
14	09/6	A/B	Seminário Cultural Vídeos Exame Final – Entrega do Trabalho (segunda nota teórica)	Banca
14	10 e 12/6	A/B	Seminário Cultural Prática	Banca
15	23/6	A/B	EXAME FINAL	

ATENÇÃO AOS FERIADOS E RECESSOS

ATENÇÃO: SE HOUVER NECESSIDADE DE REPOSIÇÃO DAS AULAS PRÁTICAS ELAS ACONTECERÃO PARA TURMA A – NA TERÇA A TARDE E TURMA B- QUARTA A TARDE.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ
SETOR DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO

FORMAS DE AVALIAÇÃO

Primeira avaliação teórica - 100 pontos (peso 2)

Segunda avaliação teórica - 100 (peso2) Trabalho + Ficha Técnica

Primeira avaliação prática - 100 (peso 2) Apresentação em grupo (nota individual)

Segunda avaliação prática – 100 (peso 2) Seminário Resgate da Cultura Alimentar Brasileira e Memória Sensorial - Culinária Cognitiva/Afetiva. Trabalho em grupo 70% prática no laboratório (nota individual) e 30% apresentação do vídeo (nota do grupo).

Fichas técnicas de preparo das aulas práticas - avaliação por equipe na entrega das fichas – 100 (peso2) – nota individual