**ELABORAÇÃO DE FICHAS TÉCNICAS DE PREPARO POR ALUNOS DO CURSO DE NUTRIÇÃO: UMA VISÃO DA MONITORIA**

**Área Temática:** Alimentos, nutrição e saúde

**Encontro Científico:** VIII Encontro de Monitoria e Iniciação Científica

**RESUMO**

**Introdução:** A Técnica Dietética é uma disciplina ofertada no curso de Nutrição a qual estuda as etapas em que os alimentos são submetidos até que cheguem ao consumo. A participação do monitor favorece o processo de aprendizagem da disciplina através do auxílio no andamento das aulas práticas e na melhoria das práticas pedagógicas. Além desses fatores, o monitor da disciplina de técnica dietética contribui para resolução de dúvidas individuais ou coletivas dos alunos no desenvolvimento das fichas técnicas de preparo dos alimentos. **Objetivo:** Relatar a produção de fichas técnicas de preparo durante as cinco aulas práticas da disciplina de Técnica Dietética do curso de graduação em nutrição de um centro universitário, sob a visão da monitora da disciplina. **Métodos:** Trata-se de um estudo descritivo, que analisa as experiências da aluna - monitora, vinculada à Coordenadoria de Pesquisa e Monitoria (COOPEM), da disciplina de Técnica Dietética, que está presente na matriz curricular do quarto semestre no curso de graduação em Nutrição do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO. **Resultados:** Apesar das dificuldades relatadas, um número reduzido de alunos não soube desenvolver completamente as fichas técnicas de preparo, entretanto essa inadequação pode representar futuras dificuldades na vida profissional. **Conclusão/Considerações finais:** Os resultados apresentados neste trabalho apontam que os alunos possuíram dificuldades em realizar alguns itens da ficha técnica de preparo, assim como, observou-se algumas dificuldades na aplicabilidade de operações matemáticas. Estratégias inovadoras, como a elaboração de materiais de apoio, implantação manuais para a construção de FTP pela monitoria auxiliam os alunos a compreender sua elaboração e levar os conhecimentos adquiridos para sua futura profissão.

**Palavras-chave:** Nutrição; Planejamento de Cardápio; Ensino.

**INTRODUÇÃO**

A Técnica Dietética é uma disciplina ofertada no curso de Nutrição a qual estuda as etapas que os alimentos são submetidos até que cheguem ao consumo, estas etapas são executadas de acordo com os princípios da Técnica Dietética que têm como objetivos manter as características nutricionais dos alimentos para preservação dos nutrientes e para que não haja grandes perdas durante os processos de cocção, corte; analisar os alimentos para que estes sejam adquiridos de fonte segura de produção, evitando microrganismos que possam trazer problemas para saúde humana; melhorar a digestibilidade dos alimentos, observando sua estrutura, composição química e estado físico; tornar os alimentos atrativos sensorialmente e observar seus aspectos econômicos (ORNELLAS, 2007).

Essa disciplina é composta por aulas teóricas e as práticas, onde os alunos aprendem sobre grupos alimentares responsáveis pela nutrição e alimentação humana, propostos inicialmente por Philippi (2006), são eles: hortaliças, frutas, cereais, leguminosas, aves, pescados, carnes vermelhas, leite, ovos, óleos e gorduras.

Segundo Silveira e Sales (2016), a participação do monitor favorece o processo de aprendizagem da disciplina através do auxílio no andamento das aulas práticas e na melhoria das práticas pedagógicas. Além desses fatores, o monitor da disciplina de técnica dietética contribui para resolução de dúvidas individuais ou coletivas dos alunos no desenvolvimento das Fichas Técnicas de Preparo (FTP).

As FTP são receituários padronizados que auxiliam na aquisição e no dimensionamento dos itens de compras, para que não falte nenhum ingrediente necessário na preparação. Um receituário bem redigido e preciso com todos os cálculos de indicadores de preparo dos alimentos, asseguram a qualidade da alimentação, permite que o nutricionista monitore a eficiência de seu trabalho e de sua equipe, reduza custos e elimine perdas (COLARES, 2005).

Diante disso, este trabalho tem como objetivo relatar a produção de fichas técnicas de preparo durante as cinco aulas práticas da disciplina de Técnica Dietética do curso de graduação em nutrição de um centro universitário, sob a visão da monitora da disciplina.

**METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo, que analisa as experiências da aluna - monitora, vinculada à Coordenadoria de Pesquisa e Monitoria (COOPEM), da disciplina de Técnica Dietética, que está presente na matriz curricular do quarto semestre no curso de graduação em Nutrição do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO. O relato de experiência está fundamentado nas visões e percepções da monitora em relação a elaboração das fichas técnicas de preparo de receitas realizadas durante as cinco aulas práticas da disciplina em questão que aconteceram na Cozinha Pedagógica da instituição. Os critérios de avaliação utilizados foram os resultados corretos dos cálculos de todos os custos da preparação e refeição que são feitos nas FTP.

**RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A estrutura das FTP da disciplina era composta por elementos como: tempo total de preparo, incluindo o pré-preparo e o preparo, peso bruto e líquido de cada alimento utilizado, total dos ingredientes em peso bruto em quilogramas ou em litros, fator de correção e cocção, valor nutricional de macronutrientes, o rendimento, número de porções, custos da preparação, modo de preparo, peso e rendimento da preparação.

Para a elaboração das fichas técnicas de preparo, os alunos compareciam às aulas práticas da disciplina, em que eram subdivididos em equipes e cada equipe ficava responsável por preparações correspondentes ao tema da aula, que poderia ser: Frutas e Hortaliças; Cereais e Leguminosas; Carnes, Aves e Pescados; Leites e Ovos; Óleos Açúcares e Gorduras. Após quinze dias as equipes entregavam as fichas técnicas dessas preparações preenchidas para a correção.

O cálculo de Fator de Correção (FC), obtido pela divisão entre o peso de cada alimento íntegro, sem limpeza (peso bruto) e de alimento após a limpeza (peso liquido) e o cálculo de Índice de Cocção (IC) da preparação, resultado da divisão entre peso cozido e cru da preparação, apresentavam erros semelhantes por boa parte dos alunos, a aplicação incorreta da fórmula e o não pesar os alimentos resultava em respostas incorretas.

Outra dificuldade enfrentada era o preenchimento do Valor Nutricional (VN) da preparação, o qual deveria conter as respectivas quantidades de energia e macronutriente da preparação e de sua porção estabelecida e para a sua correção da Tabela de Composição dos Alimentos (TACO) deveria ser especificada ou anexada a FTP, as informações de VN eram preenchidas incorretamente, a maioria apresentava ausência de alguma informação relatada anteriormente.

Por outro lado, os acertos ao preencher a FTP nas lacunas que representavam o Total de Ingredientes Peso Bruto em quilogramas ou litros, os custos referentes a preparação, tempo de preparo, medidas caseiras, rendimento e modo de preparo eram consideráveis em grande parte das equipes.

Apesar das dificuldades relatadas, um número reduzido de alunos não soube desenvolver completamente as fichas técnicas de preparo, o que pode indicar falta de atenção nas aulas e o não compromisso com a produção das fichas, por mais que estas apresentem um peso e auxiliem nas suas avaliações.

Entretanto, essa inadequação na produção das FTP pode refletir na vida profissional dos estudantes, uma revisão das FTPs elaboradas na Unidade de Alimentação e Nutrição, por Souza e Marsi (2015), verificaram que nem todas as unidades estão cientes da importância da ficha técnica de preparo. As fichas apresentadas mostraram um alto grau de inadequação com a literatura, não fornecendo dados importantes e fundamentais para o levantamento de custo, controle de compras e produção. As fichas encontraram-se com boa adequação apenas nas informações referentes aos ingredientes, peso bruto, per capita, rendimento e equipamentos, porém quanto ao peso líquido, fator de correção, fator de cocção, custo, modo de preparo, tempo de preparo, utensílios, informação nutricional encontraram-se inadequadas.

Barros et al. (2012) mostraram a necessidade de atividades que promovam e capacite os estudantes, que possibilite sua ação na futura profissão, a aplicação de recursos didáticos e melhorias no processo pedagógico podem auxiliar a ampliação da visão dos alunos sobre os conteúdos da disciplina e sua importância na atuação profissional.

**CONSIDERAÇÕES FINAIS/CONCLUSÃO**

Os resultados apresentados neste trabalho apontam que os alunos possuiam dificuldades em realizar alguns itens da ficha técnica de preparo, assim como, pode-se observar algumas dificuldades na utilização de operações matemáticas.

Diante do exposto, estratégias inovadoras, como a elaboração de materiais de apoio, implantação manuais para a construção de FTP pela monitoria podem auxiliar os alunos a compreender sua elaboração e levar os conhecimentos adquiridos para sua futura profissão

**REFERÊNCIAS**

BARROS, W. D. M.; ALVES, N., DE MENEZES, J. R.; MELLO-CARPES, P. B. Seminários Didáticos: ferramenta de aproximação das disciplinas básicas com a prática profissional. **Revista ciência em extensão,** v. 8, n. 3, p. 127-141, 2012.

COLARES, L.G.T. Processo de trabalho, saúde e qualidade de vida no trabalho em uma unidade de alimentação e nutrição: uma abordagem qualitativa [tese]. Rio de Janeiro: **Escola Nacional de Saúde Pública**; 2005.

ORNELLAS, L. H. **Técnica dietética:** seleção e preparo dos alimentos. 8ª ed. São Paulo: Atheneu, 2007.

PHILIPPI, S.T. **Nutrição e Técnica Dietética.** 2. ed. rev. e atual. Barueri, São Paulo: Manole, 2006.

SILVEIRA, E.; DE SALES, F.. A importância do Programa de Monitoria no ensino de Biblioteconomia da Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC). **InCID: Revista de Ciência da Informação e Documentação**, v. 7, n. 1, p. 131-149, 2016.