

# NUTRIÇÃO e DIETÉTICA

Área de Formação n.º 811 – Hotelaria e Restauração



<b>Carga Horária:</b>	<b>25 Horas</b>
<b>Duração:</b>	7 dias de formação presencial
<b>Data limite de inscrições:</b>	Até 15 dias antes da data de início anunciada.
<b>Local de Realização:</b>	Rua Dr. Fernão de Ornelas n.º 50. 1 andar - Funchal (sede da QUALIFICAR F.P.)
<b>Destinatário:</b>	<p>- Profissionais dos diferentes sectores desde o comércio de produtos alimentares, área da hotelaria e restauração, área do desporto e fitness e atividades que implique lidar diretamente com público e ou com fator de alimentação.</p> <p>- Profissionais ou estudantes da área da restauração, hotelaria, saúde, estética, área comercial e serviços ligados aos sector.</p> <p>- Todas as pessoas, ativas e não ativas, que pretendam obter conhecimentos e competências e domínio geral sobre este tema da nutrição e da dietética;</p>
<b>Designação da UFCD:</b>	3315 – Nutrição e Dietética
<b>Modalidade de Formação:</b>	<p>Formação Modular - As ações de Formação Modular são unidades de formação de curta duração</p> <p>- UFCD, mínimo 25 horas por cação, realizadas de acordo com os referenciais do Catálogo Nacional de Qualificações (CNQ)</p> <p>As formações modulares, integradas no âmbito da formação contínua de cativos, dão a possibilidade aos adultos de adquirir mais competências no sentido de obter mais habilitações escolares e qualificações profissionais, com vista a uma (re)inserção ou progressão no mercado de trabalho.</p>
<b>Organização:</b>	Formação presencial.
<b>Competências de entrada:</b>	<p>– Apetência em adquirir competências na área da nutrição e alimentação;</p> <p>– Interesse na promoção da saúde e bem-estar, por razões de vocação e/ou para reforço de competências profissionais.</p>
<b>Material disponibilizado:</b>	Projetores vídeo; quadro branco de escrita. Material e bibliografia de estudo em suporte de papel ou suporte informático.
<b>Formas de Inscrição:</b>	<p>A inscrição pode ser feita:</p> <p>- Através do envio da ficha de inscrição, disponível no site, via e-mail, correio ou fax;</p> <p>- Pessoalmente nas instalações da empresa.</p> <p>A inscrição só é considerada definitiva após o pagamento de inscrição.</p>
<b>Competências a Adquirir:</b>	<p><u>Descrição da Função:</u></p> <p>A formação em nutrição e dietética permite ao profissional elaborar ementas de acordo com os princípios da nutrição e alimentação.</p> <p><u>Principais Atividades:</u></p> <p>Efetuar ementas respeitando os princípios da nutrição e alimentação e a dieta dos seus destinatários.</p> <p><u>Competências a Adquirir:</u></p> <p>– Identificar os conceitos de nutrição e alimentação;</p> <p>– Descrever as principais funções da alimentação;</p> <p>– Analisar os constituintes alimentares;</p> <p>– Compreender as funções e sistema do aparelho digestivo;</p> <p>– Interpretar a roda dos alimentos;</p> <p>– Reconhecer uma alimentação equilibrada;</p> <p>– Identificar os vários tipos de dietas;</p> <p>– Identificar a alimentação para infância e idosos.</p>
<b>Descrição do curso:</b>	É um curso de formação teórico que pretende transmitir aos formandos conhecimentos básicos sobre nutrição e dietética humana.
<b>Objetivos Gerais:</b>	– Reconhecer os princípios da nutrição e alimentação;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Classificar os constituintes alimentares e as suas funções;</li> <li>- Aplicar os princípios fundamentais da dietética na confeção de diferentes tipos de dietas;</li> <li>- Aplicar as regras da nutrição e dietética na composição de ementas saudáveis.</li> </ul>
<p><b>Conteúdos Programáticos do curso:</b></p>	<p><b>Nutrição e alimentação</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conceitos</li> <li>- Funções da alimentação</li> </ul> <p><b>Nutrientes.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fontes alimentares</li> <li>- Funções no organismo</li> <li>- Excessos e carências</li> </ul> <p><b>Metabolismo.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Funções do aparelho digestivo</li> <li>- Processo digestivo</li> </ul> <p><b>Roda dos alimentos e grupos alimentares.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Constituição e proporções</li> <li>- Recomendações na alimentação diária</li> </ul> <p><b>Alimentação equilibrada.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Regras</li> <li>- Principais erros alimentares</li> <li>- Necessidades diárias de nutrientes</li> <li>- Alimentação racional</li> </ul> <p><b>Princípios fundamentais da dietética.</b></p> <p><b>Principais tipos de dietas.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Terapêuticas</li> <li>- Dieta para infância</li> <li>- Dieta para os idosos</li> </ul> <p><b>Composição de ementas saudáveis.</b></p>
<p><b>Certificação &amp; Certificado:</b></p>	<p>A QUALIFICAR F.P. – Formação Profissional, Educação e Serviços, Lda é uma Entidade Formadora Certificada pelo Instituto para a Qualificação – IP-RAM (antiga Direção Regional de Qualificação Profissional (D.R.Q.P.)) tutelada da Secretaria Regional da Educação (S.R.E.) Processo n.º 21.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- O Certificado é emitido gratuitamente no fim da formação nos termos do disposto na Portaria n.º 474/2010 de 8 de Julho publicada no Diário da República nº 131.</li> <li>- No final do curso os formandos que obtiverem aproveitamento têm direito a um <u>Certificado de Formação Profissional</u> - C.F.P. onde constará carga horária e nota de cada módulo e nota final da formação.</li> <li>- Os formandos sem aproveitamento recebem um <u>Certificado de Frequência de Formação Profissional</u> – C.F.F.P. onde constará carga horária e módulos da formação.</li> <li>- O pedido do Diploma é pedido e pago à parte, com valor de 20 €.</li> <li>- Poderá ser emitido a pedido e sem custos, para os módulos em UFCD (unidades de formação de curta duração) um certificado nos termos do disposto na Retificação da Portaria n.º 80/2010 de 13 de Agosto de 2008, série I, publicada no JORAM número 101, conforme ANEXO 6.</li> </ul>

**RESERVE JÁ O SEU LUGAR, FAÇA JÁ A INSCRIÇÃO!**

- Valores apresentados estão **isentos da taxa de IVA**, de acordo com o código em vigor.
- Os investimentos em Educação e Formação são **dedutíveis à coleta de 30 % das despesas** suportadas, de acordo com a legislação em vigor do código do **IRS e IRC**.
- De acordo com a **Regulamentação em vigor do Código do Trabalho (Lei nº 55/2014, de 25 de Agosto, sétima alteração ao código, aprovado pela Lei nº 7/2009, de 12 de Fevereiro, Subsecção II - Formação Profissional)**, o empregador deve proporcionar aos trabalhadores ações de formação profissional adequadas à sua qualificação e assegurar um número mínimo de 35 horas anuais de formação por trabalhador, formação que deve ser ministrada entidade formadora acreditada.(certificada)