

6CCSDNMT02.P**ELABORAÇÃO DE UM RECURSO DIDÁTICO COMO MECANISMO FACILITADOR DA APRENDIZAGEM DOS ASPECTOS RELACIONADOS AO PLANEJAMENTO, ELABORAÇÃO E ANÁLISE NUTRICIONAL DE CARDÁPIOS**

Rafaella Félix Moura⁽¹⁾; Josivan José de Medeiros Segundo⁽²⁾; Luciana Dias Bezerra⁽²⁾; Natally Roberta Bezerra Santana⁽²⁾; Evandro Leite de Souza⁽³⁾

Centro de Ciências da Saúde/Departamento de Nutrição/ MONITORIA

RESUMO

Considerando que a alimentação adequada está associada ao aspecto qualitativo e quantitativo dos alimentos ingeridos diariamente, os cardápios constituem guias de orientação que servem para facilitar a produção de refeições e determinar a conduta alimentar do indivíduo. Desta forma, os cardápios devem ser compostos por preparações que incluam alimentos nutritivos e saudáveis com base nas demandas energéticas e nutritivas de cada indivíduo. Para isso, na sua elaboração deve-se dispensar especial atenção à apresentação das refeições oferecidas, a harmonia entre os vários alimentos que as compõem, a inclusão de alimentos regionais associados aos hábitos alimentares intrínsecos à cultura de cada povo. Enfim, os cardápios constituem meios de reprodução de princípios que norteiam uma alimentação equilibrada e promotora de saúde. Considerando o que foi exposto, este trabalho teve como objetivo elaborar um recurso didático como mecanismo facilitador da aprendizagem dos aspectos relacionados ao planejamento, elaboração e análise de cardápios. A formulação deste instrumento didático tomou como base os conhecimentos acerca da prática de elaboração de cardápios, as experiências vividas pelos monitores ao longo da prática de iniciação à docência, em soma às principais dificuldades relatadas pelos discentes na elaboração de cardápios no decorrer das diferentes disciplinas do Curso de Graduação em Nutrição/UFPB. Ainda, tomou-se como base metodológica a pesquisa bibliográfica acerca dos aspectos da Nutrição e Dietética de importância no tema abordado, a citar: embasamento teórico e formulação de atividades práticas sobre fator de correção, fator de cocção, percentual de aumento, percentual de diluição, estrutura e análise e adequação de cardápios, e requerimentos nutricionais para as diferentes fases fisiológicas do ser humano. Assim, a disponibilidade deste recurso didático na prática de elaboração e análise de cardápios surge como um mecanismo facilitador da compreensão, da prática e da análise crítica por parte dos discentes quando considerado a escolha dos alimentos incluídos em diferentes planejamentos dietéticos, sua adequação às necessidades nutricionais do (s) comensal (is) atendidos, as alterações sofridas pelos diferentes alimentos durante as etapas do pré-preparo e preparo de refeições, as diferentes formas de apresentação, o custo de refeições e análise dos seus princípios nutritivos. Sem dúvida, a importância da elaboração deste instrumento didático relaciona-se, principalmente, ao fato da abordagem do tema Planejamento e Elaboração de Cardápios apresenta-se como discussão transversal nas diferentes áreas de estudo e atuação em Nutrição.

Palavras-chave: Nutrição, Cardápios, Recurso didático

⁽¹⁾ Monitor(a) Bolsista(a); ⁽²⁾ Monitor(a) Voluntário(a); ⁽³⁾ Prof(a) Orientador(a)/Coordenador(a).