IX CONGRESSO MULTIDISCIPLINAR UNIVERSO GOIÂNIA - HÍBRIDO
"O Futuro do Trabalho no Brasil"
De 26 a 29 de Maio de 2026

AULAS PRÁTICAS DE TÉCNICA DIETÉTICA: FERRAMENTA DE APRENDIZADO

Marco Andre Pereira de Araujo[1]
Ana Gabriella Fernandes Castagnol[2]
Tayná Cabral de Siqueira[3]
Maria Eduarda Gomes dos Santos[4]
Keila Pinheiro dde Souza[5]
Maria José Carmelo Antunes[6]

RESUMO

Introdução: A transição do conhecimento teórico para a prática em laboratórios e no Instituto Gourmet permitiu uma imersão real na rotina do nutricionista. Essas vivências consolidaram o aprendizado ao simular o cotidiano de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), fazendo com que os alunos se sentissem, de fato, iniciando a vida profissional. Objetivo: Capacitar os estudantes no manuseio seguro, higienização conforme as normas da ANVISA e aplicação de técnicas para otimizar o valor nutricional e reduzir desperdícios. Metodologia: Foram realizadas pesagens para cálculos de peso bruto, líquido e aparas. A metodologia incluiu o uso de fichas técnicas para a elaboração de preparações como iogurtes, pães, geleias e feijão tropeiro, além da aplicação de métodos de desidratação de frutas e a técnica de remolho para leguminosas. Resultados: Observou-se que o uso de medidas precisas evita os erros comuns das medidas caseiras. O remolho demonstrou aumentar o volume dos grãos em 50% e melhorar a digestibilidade. Identificou-se a importância da maçã (pectina) na consistência de geleias e o impacto direto da espessura do corte na textura de alimentos desidratados. Conclusão: As aulas práticas mostraram-se ferramentas indispensáveis, transformando conceitos teóricos em habilidades técnicas e trabalho em equipe. Concluiu-se que o domínio da técnica dietética e a padronização são pilares fundamentais para garantir a excelência e a segurança alimentar na futura atuação profissional.

Palavras-chave: Ficha Técnica; Pesos e Medidas; Segurança Alimentar; Técnica Dietética; Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN).

---

[1]Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[2]Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[3]Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[4]Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[5]Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[6]Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia, Mestre em Nutrição pela Universidade Federal de Goiás – 2012.