



NUTRIÇÃO e DIETÉTICA

Área de Formação n.º 811 – Hotelaria e Restauração

Carga Horária:	25 Horas
Data de início previsto:	Data de início prevista a programar
Dias de Formação:	Dias de formação a programar
Horário de Formação:	Horário a programar
Duração:	7 dias de formação presencial (aproximadamente)
Data limite de inscrições:	Até 8 dias antes da data de início anunciada.
Local de Realização:	Rua Dr. Fernão de Ornelas n.º 50. 1 andar - Funchal (sede da QUALIFICAR F.P.)
Destinatário:	<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 setor.</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>
Pré-requisitos:	- Possuir escolaridade mínima obrigatória de acordo com a idade. Idade mínima de 18 anos.
Modalidade de Formação:	<p>Formação Modular - As ações de Formação Modular são unidades de formação de curta duração - 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>
Organização:	Formação presencial.
Competências de entrada:	<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>
Material disponibilizado:	Projetores vídeo; quadro branco de escrita. Material e bibliografia de estudo em suporte de papel ou suporte informático.
Documentos a apresentar:	Bilhete de Identidade ou cartão de cidadão + Certificado de Habilitações + preencher assinar a Ficha/Contrato de Inscrição + 1 foto tipo B.I.
Competências a Adquirir:	<p><u>Descrição da Função:</u> 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> Efetuar ementas respeitando os princípios da nutrição e alimentação e a dieta dos seus destinatários.</p> <p><u>Competências a Adquirir:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – Identificar os conceitos de nutrição e alimentação; – Descrever as principais funções da alimentação; – Analisar os constituintes alimentares; – Compreender as funções e sistema do aparelho digestivo; – Interpretar a roda dos alimentos;

	<ul style="list-style-type: none"> - Reconhecer uma alimentação equilibrada; - Identificar os vários tipos de dietas; - Identificar a alimentação para infância e idosos.
Descrição do curso:	É um curso de formação teórico que pretende transmitir aos formandos conhecimentos básicos sobre nutrição e dietética humana.
Objetivos Gerais:	<ul style="list-style-type: none"> - Reconhecer os princípios da nutrição e alimentação; - Classificar os constituintes alimentares e as suas funções; - Aplicar os princípios fundamentais da dietética na confeção de diferentes tipos de dietas; - Aplicar as regras da nutrição e dietética na composição de ementas saudáveis.
Conteúdos Programáticos do curso:	<p>Nutrição e alimentação</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conceitos - Funções da alimentação <p>Nutrientes.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fontes alimentares - Funções no organismo - Excessos e carências <p>Metabolismo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Funções do aparelho digestivo - Processo digestivo <p>Roda dos alimentos e grupos alimentares.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Constituição e proporções - Recomendações na alimentação diária <p>Alimentação equilibrada.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regras - Principais erros alimentares - Necessidades diárias de nutrientes - Alimentação racional <p>Princípios fundamentais da dietética.</p> <p>Principais tipos de dietas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Terapêuticas - Dieta para infância - Dieta para os idosos <p>Composição de ementas saudáveis.</p>
Certificação & Certificado:	<p>A QUALIFICAR F.P. – Formação Profissional, Educação e Serviços, Lda é uma Entidade Formadora Certificada pelo Instituto para a Qualificação – I.Q. - RAM (antiga Direção Regional de Qualificação Profissional (D.R.Q.P.)) tutela da Secretaria Regional da Educação (S.R.E.) - Governo Regional da Madeira. Processo de Certificação n.º 21.</p> <ul style="list-style-type: none"> - O Certificado Profissional da QUALIFICAR é emitido no fim da formação nos termos do disposto na Portaria n.º 474/2010 de 8 de Julho publicada no Diário da República n.º 131, mediante pagamento do documento. - Caso o formando/a queira o DIPLOMA da formação, este documento é facultativo, deve ser pedido logo após conclusão do curso, mediante pagamento do mesmo. - No final do curso os formandos que obtiverem aproveitamento têm direito a um <u>Certificado de Formação Profissional - C.F.P.</u> onde constará carga horária e nota de cada módulo e nota final da formação. - 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. <p>De acordo com o Decreto-lei n.º 37/2015, de 10 de Março, este vem estabelecer o <i>novu regime de acesso e exercício de profissões e de atividades profissionais</i>.</p>

VANTAGENS

- a. Curso ministrado por uma **Entidade Certificada** pelo I.Q., IP-RAM.
- b. **Programa atual e ajustado** as necessidades e orientações internacionais.
- c. **Acompanhamento** por equipa técnica local e formadores especializados.
- d. Benefícios Fiscais - com **isenção da taxa de IVA**, de acordo com o código em vigor.
- e. Benefícios Fiscais - quando 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 Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro de 2009, que regula o **Regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho**: no seu artigo n.º 20, “*Formação de Trabalhadores*”; no seu artigo n.º 75, “*Primeiros socorros, combate a incêndios e evacuação de trabalhadores*”; no seu artigo n.º 98, “*Actividades principais do serviço de segurança e de saúde no trabalho*”.

Fazendo cumprir a **NOVA alteração à lei laboral, Código do Trabalho**, por meio de *Lei n.º 93/2019, Artigo 131.º de 4 de setembro, aprovado pela Lei n.º 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 no artigos 131, no ponto n.º 2 “*O trabalhador tem direito, em cada ano, a um número mínimo de quarenta horas de formação contínua ou, sendo contratado a termo por período igual ou superior a três meses, a um número mínimo de horas proporcional à duração do contrato nesse ano.*” Formação deve ser ministrada entidade formadora acreditada.(certificada).

R1 - 2024

RESERVE JÁ O SEU LUGAR, FAÇA JÁ A INSCRIÇÃO!