



# Oficina Terapêutica do Gosto

**Docentes:** Camila Cremonezi Japur e Mirele Savegnago Mialich Grecco

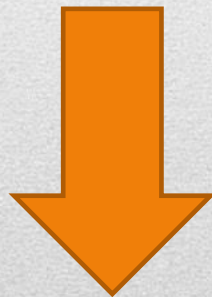
**Técnicas:** Tânia dos Santos Pereira e Viviane Favaretto

---

## Objetivo Geral da Disciplina

Desenvolver suplementos alimentares inovadores com finalidade terapêutica **visando**:

- complementar **necessidades nutricionais**;
- **atenuar sintomas** de pacientes em **quimioterapia**;



Priorizando os **aspectos sensoriais** do alimento (visual, aroma, textura, gosto)

---



# Objetivos específicos da disciplina:

## Proporcionar ao paciente hospitalizado e familiares:

1. Opções de suplementos alimentares à base de **alimentos consumidos no dia a dia**, com **custo acessível**, **receitas fáceis** com finalidade terapêutica.
  2. Estímulo à ingestão alimentar por meio de preparações variadas.
  3. **Envolvimento do paciente e autonomia** (por meio dos feedbacks relacionados às preparações oferecidas e sugestões para futuras)
-

# A disciplina proporciona ao aluno:

1. Vivenciar a **transdisciplinaridade**;
  2. Desenvolver **habilidades e competências do nutricionista para o desenvolvimento de suplementos com alimentos.**
-



- As aulas teóricas e discussão serão realizadas às **terças-feiras** das **16h às 17h** pelo **Google Meets**.
    - Apresentação do produto (teórica): 20 min + 10 min de discussão.
    - Apresentação da elaboração do produto e resultados: 20 min + 10 min de discussão.
  - As aulas práticas serão realizadas em **Home office**.
-

## Receitas:

- Devem ser definidas de acordo com o desafio proposto:
  - Consistência (líquido, pastoso ou sólido)
  - Sabor (doce ou salgado)
  - Temperatura (quente ou frio)
  - Finalidade terapêutica (ex: diarreia, mucosite...)
  - Fonte de algum nutriente (ex.: zinco)
  - Composição (ex.: hipercalórica, hiperproteica)
- Devem ter baixo custo, fácil preparo, os alimentos devem ser acessíveis e com elevada qualidade nutricional.
- Podem ser criadas “do zero” ou modificar receitas já existentes, desde que atendam os critérios do desafio.



Ressaltando que devem ter **originalidade** e **criatividade**.

---



# Apresentação e discussão teórica

- Deverá ser apresentada em **Power Point** e atender os seguintes critérios:
    - **Introdução** →
      - O que é a doença e quais as principais implicações no estado nutricional e na alimentação?
      - Por que oferecer esta suplementação proposta na disciplina? quais os benefícios? (relação dos nutrientes e sua finalidade terapêutica para pacientes da enfermagem de Hematologia/ Oncologia / TMO).
      - Há recomendações específicas para o aumento ou diminuição de tais nutrientes nessas condições?
      - Revisão sobre suplementos, alimentos fonte ou ricos.
    - **Objetivo da preparação** →
      - Aumento do aporte calórico? Aumento do aporte proteico, de fibras, de antioxidantes? Para mucosite? Náuseas, vômitos?
-

## Desenvolvimento →

- Qual a preparação escolhida e sua indicação? Justificativa da escolha da preparação.
- Apresentar modo de preparo da receita.
- Discussão, embasada na literatura, sobre os **ingredientes** que foram utilizados na preparação e que justificam o uso nas condições clínicas propostas (ex: gengibre – náuseas e vômitos).
- Justificar com base científica por que a **preparação pode ser considerada rica** em PTN e/ou CALORIAS, FENÓLICOS, ZINCO, FIBRAS, entre outros (Como classificar uma preparação como hipercalórica, hiperproteica, hiperlipídica, rica em fibras, em antioxidantes?)

### **e outras informações que considerem pertinentes!**

- Fluxograma do processo de produção incluindo todas as etapas do recebimento à distribuição:
    - Cuidados higiênico-sanitários: como serão feitos em cada etapa?
  - Tabela nutricional com porção calculada (discussão do alcance do objetivo).
  - **Referências**
-



## Pesagem dos alimentos

- Os alimentos in natura deverão ser pesados para obtenção dos pesos bruto e líquido.
- Os produtos alimentares industrializados se utilizados em totalidade, considerar o peso líquido da embalagem. Se forem utilizados em partes, pesar as porções.
- Após o preparo, todas as porções deverão ser igualmente pesadas como se fossem ser servidas aos pacientes.

**Se não tiver uma balança de alimentos disponível,  
utilize medidas caseiras e faça a conversão em gramas e tabelas  
de FC para o peso líquido.**

**Rendimento: em número de porções**  
**Cálculo nutricional e custo: calcular o total e dividir pelo  
número de porções estipulada.**

---

## Cálculo da composição nutricional

- **Na tabela nutricional devem conter os macro e micronutrientes exigidos na rotulagem obrigatória.**
  - **Devem ser inclusos na tabela nutricional os micronutrientes que considerem ser interessantes para “vender” seu produto.**
-



# Marco regulatório de suplementos alimentares

26/07/2018

**Resolução RDC 243/2018** - Dispõe sobre os requisitos sanitários dos suplementos alimentares.

**Instrução Normativa 28/2018** - Estabelece as listas de constituintes, de limites de uso, de alegações e de rotulagem complementar dos suplementos alimentares.

**RDC 239, 240, 241, 242/2018**

---

## Atributos do produto - Legislações

- Manual de Rotulagem Obrigatória Anvisa - 2005.
  - **RDC nº 54/2012** - Informação Nutricional Complementar.
  - **RDC nº 216/2004** - Boas Práticas no Serviço de Alimentação.
  - **RDC nº 359/2003** - Regulamento Técnico de Porções de Alimentos Embalados.
  - **RDC nº 360/2003** - Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados, tornando obrigatória a rotulagem nutricional.
  - **CVS 5/2013** - Regulamento Técnico sobre boas práticas para manipulação de alimentos e serviços de alimentação.
-



## Definição do tamanho da porção

TABELA I - PRODUTOS DE PANIFICAÇÃO, CEREAIS*, LEGUMINOSAS, RAIZES E TUBÉRCULOS, E SEUS DERIVADOS (1 porção aproximadamente 150 Kcal)					
TABLA I - PRODUCTOS DE PANIFICACIÓN, CERALES, LEGUMINOSAS, RAICES, TUBÉRCULOS, Y SUS DERIVADOS (1 porción aproximadamente 150 Kcal)					
Produtos	Productos	porção	porción	porção	porción
Português	Español	(g/ml)	(g/ml)	medida caseira	medidas caseras
Amidos e féculas	Almidones y féculas	20	20	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Arroz cru	Arroz crudo	50	50	1/4 de xícara	1/4 de taza
Aveia em flocos e outros ingredientes	Avena arrollada sin otros ingredientes	30	30	2 colheres de sopa	2 cucharas de sopa
Barra de cereais com cereais	Barra de cereales con cereales	30	30	X unidades que correspondam	X unidades que corresponda

Resolução RDC nº 359 - Regulamento Técnico de Porções de Alimentos Embalados para Fins de Rotulagem Nutricional

## Barra de cereais

Informação Nutricional (porção de 30g - 1 unidade caseira)		
Quantidade por porção		%VD (*)
Valor Calórico	76 kcal	4
Carboidratos	17 g	6
Proteínas	1,62 g	2
Gorduras Totais	0,82 g	1
Gordura Saturada	0,4 g	2
Colesterol	3,13 mg	6
Fibra alimentar	1,46 g	1
Ferro	0,19 mg	5
Cálcio	46 mg	1
Sódio	12 mg	4

**Informação Nutricional**  
Porção de 30 g - 1 unidade

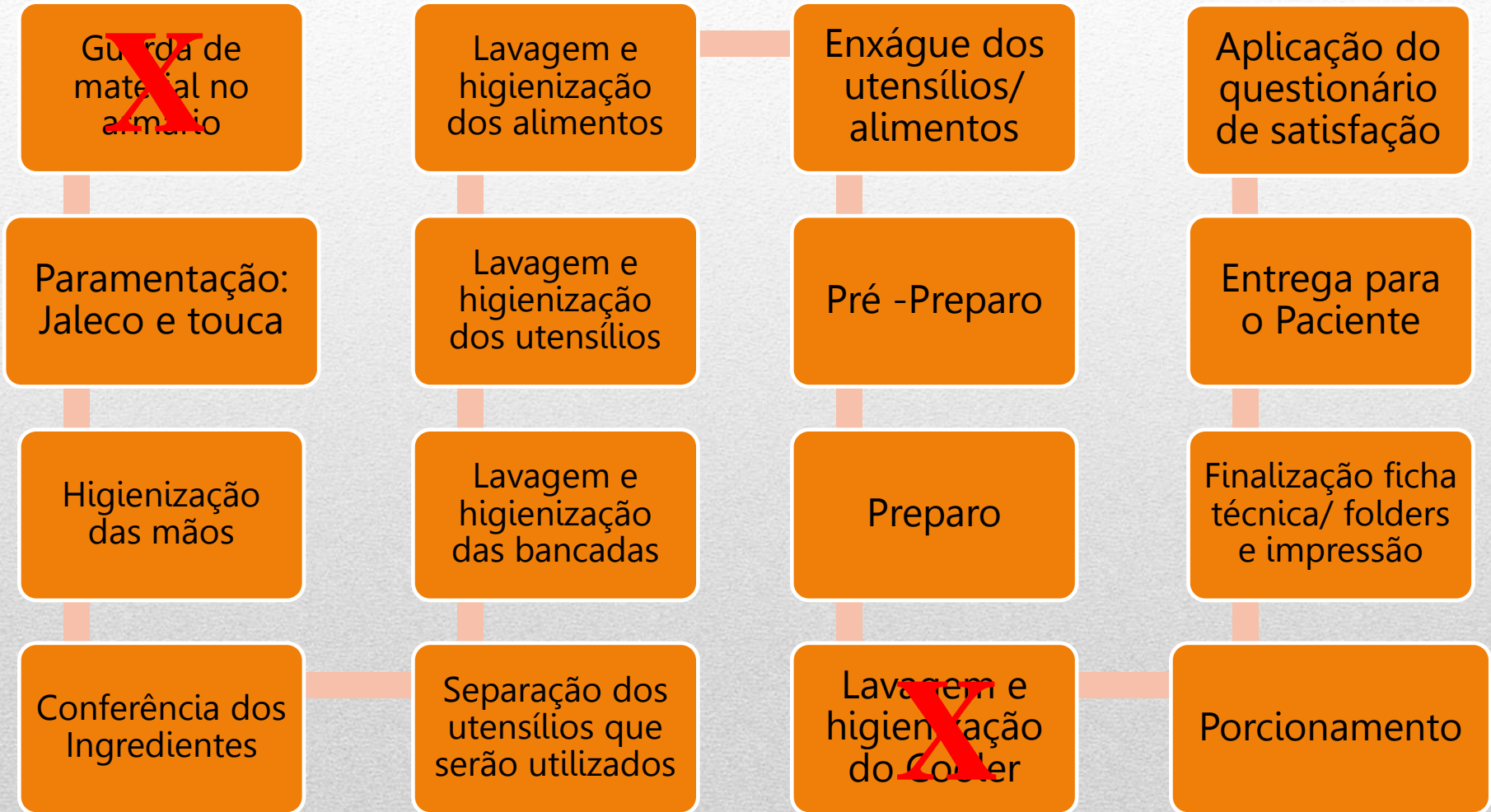
# Atenção!

- Quando a porção indicada na **RDC nº 359** da ANVISA (Regulamento Técnico dos Alimentos Embalados) estiver abaixo das recomendações calóricas para o suplemento em questão, pode-se servir de 2 a 3 porções do mesmo.
  - Para preparações muito hipercalóricas e que a Legislação preconize uma porção considerada elevada, para não atrapalhar as refeições do paciente, poderá ser entregue uma **porção menor para degustação**.
  - Lembre-se de informar o ocorrido ao paciente e ressaltar a porção considerada na informação nutricional
-



# Apresentação da prática

DESCRIÇÃO E FOTOS QUE REPRESENTEM CADA ETAPA!!!



# Ficha técnica

**Nome Técnico:** Mousse de Uva Com Capim Limão

**Nome Fantasia:** Mousse refrescante

**Categoria:** Sobremesa

Ingredientes (alimentos)	Medidas Caseiras	Unidade	Peso bruto	Peso Líquido	Fator de Correção	Indicador de Conversão	Custo Unitário R\$	Custo de Alimento R\$
Leite condensado	1 lata	g	395	-	-	-	2,99	2,99
Creme de leite de soja	1 lata	g	200	-	-	-	2,77	2,77
Uva	1 pacote	g	500	300	1,6	-	6,99	6,99
Gelatina sem sabor	1 envelope	g	24g	-	-	-	4,80	2,40
Capim Limão	2 saches	g	4	-	-	-	6,94 (15 saches)	0,92
Fécula de batata	1 colher de chá	g	5	-	-	-	4,16	0,104
Açúcar	2 colheres de sopa	g	17,9	-	-	-	1,89/kg	0,03



## **Modo de Preparo:**

### **Pré-preparo:**

Tempo de Pré-preparo

Pontos Críticos de Controle (PCC) no Pré-preparo

### **Preparo:**

Tempo de Preparo

Tempo total de preparo da receita

Rendimento total da preparação

Custo total da Preparação

Porção: Peso (g ou ml):

### **Medida caseira:**

**Número de porções:**

**Custo por porção: R\$**

---

PREPARO PARA A FOTO DO PRODUTO!





# Material de comunicação (Folder) - MODELO

- Nome “fantasia” da preparação
- Foto da preparação, logo e site da oficina
- Indicações/Descrição do produto
- Ingredientes
- Modo de Preparo
- Referencias Bibliográficas segundo ABNT
- Informação Nutricional de acordo com a ANVISA
- Acrescentar os micronutrientes de interesse de acordo com tema da preparação
- Rendimento (porções/g)
- Custo
- Tempo de preparo
- Kcal/g e PTN/g
- Descrição dos cuidados higiênicos do preparo
- Alunos responsáveis, professores e técnicos

O folder deverá obedecer essas instruções. Mantidos: tamanho das letras, cores das letras, layout, logos, etc.

Terá tamanho de folha A4 e será impresso no pró-Aluno.

## Oficina Terapêutica do Gosto

Disciplina do Curso de  
Nutrição e Metabolismo



### BOLINHA DE FRANGO

#### Suplemento Nutricional Proteico



Descrição dos cuidados higiênicos de preparo:

Os equipamentos, utensílios, superfícies, embalagens devem ser limpos conforme descrito a seguir, com solução sanitizante.

**Solução sanitizante:** Em 1 litro de água coloque 1 colher de sopa de água sanitária própria para uso em alimentos (verifique no rótulo).

**Limpeza de equipamentos e utensílios:** Coloque os utensílios a serem utilizados em um recipiente com a solução sanitizante e deixe de 15 – 20 minutos. Limpe também a bancada de preparação.

**Cuidados:** Verifique a validade dos alimentos. Armazene sob refrigeração (entre \_\_ °C) e em recipiente fechado; a mesma deverá ser consumida em até \_\_ horas, deverá ser reaquecida até \_\_.

**Professores:**  
Profa. Rosa Wanda Diez Garcia  
Profa. Paula Chiarello  
Prof. Alceu A. Jordão Júnior

**Técnicos:**  
Tânia dos Santos Pereira  
Viviane Favaretto Ferrioli  
Aprimoranda: Gabriela Marques

Confira mais receitas:  
[www.hcnp.fmrp.usp.br](http://www.hcnp.fmrp.usp.br)  
<http://oficinaterapeutica.wix.com/otqnutriusp>



#### Indicações:

Produto indicado para pacientes com sintomas que comprometem o consumo alimentar e visa aumentar o aporte proteico, com proteína de alto valor biológico. Indicado para pacientes em quimioterapia que reduzem o consumo de carnes e, portanto, de proteínas.

#### Descrição do produto:

Suplemento a base de proteína do frango e de laticínios e carboidrato derivado da farinha de aveia, este suplemento é salgado e de consistência sólida e branda. Uma porção pesa 30g e consideramos uma porção 2 unidades as quais possuem 156 kcal e 11g de proteína. O bolinho/suplemento oferece 2,6 kcal/g e 0,18g/g de proteína. O seu teor proteico é maior que 10% das necessidades proteicas diárias - DRIs.

Título: Passe a ideia do que é o suplemento/complemento. Crie um nome fantasia atrativo que transmita a ideia do objetivo da preparação.

Foto atrativa do produto

Justificativa para o desenvolvimento do produto

Considerando a justificativa, quais os atributos (nutricionais, sensoriais) foram usados para o produto.

Cuidados de higiene de alimentos usando a APPCC adaptado à receita.

Incluir o nome dos alunos do grupo de trabalho



## BOLINHA DE FRANGO

### Suplemento Nutricional Proteico

#### Ingredientes:

- 800 g de peito de frango
- Suco de 1 limão
- 1 colher de sopa de orégano
- 2 xícaras de farinha de aveia
- 2 ovos
- 100g de queijo parmesão ralado
- 1 cebola picada
- 5 dentes de alho
- Temperos a gosto

#### Modo de Preparo:

Cozinhe o frango em 1L de água, suco de limão e o orégano. Desfie e reserve. Misture todos os ingredientes em um recipiente. Faça bolinhos usando as palmas das mãos. Asse em forma untada, em forno pré-aquecido a 200°C até que fiquem dourados.

#### Referências bibliográficas:

- \*Referência de Tabela de Composição de Alimentos (de preferência a TACO).
- \*Incluir referência da legislação de rotulagem e porções ANVISA.
- \*Incluir referência técnica científica de artigos sobre as indicação dos produtos e descrição.
- \*Incluir referências da DRIs ou outra tabela de necessidade de nutriente em específico.

Informação Nutricional (porção de 60g – 2 unidades)		
Quantidade por porção		%VD (*)
Valor Calórico	156 kcal	8
Carboidratos	8,0 g	3
Proteínas	11,0 g	14
Gorduras Totais	2,2 g	4
Gordura Saturada	1,0 g	4
Colesterol	27,0 mg	9
Fibra alimentar	1,6 g	6
Ferro	0,6 mg	4
Cálcio	39,0 mg	4
Sódio	76,0 mg	3

\* % do Valor Diário (VD) baseado em 2000kcal. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Rendimento: 30 porções (60 g)

Custo: R\$1,02/porção

Tempo de Preparo: 60 minutos + tempo para assar

Kcal/g: 2,6

Proteína/g: 0,18

Detalhar exatamente o modo de preparo.

Colocar as referências solicitadas usando as normas da ABNT

Rotulagem segundo Normas da Anvisa. Lembrem-se que para entrar no rótulo deve ter um percentual mínimo da VD

Usar as porções indicadas na legislação e resultante da preparação (pesadas em laboratório)

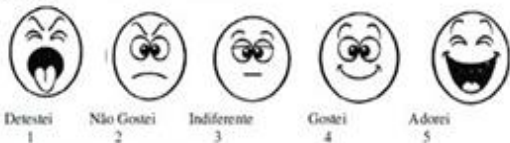
# Questionário de avaliação da aceitação

Avaliação de Aceitação – 12/09/2013

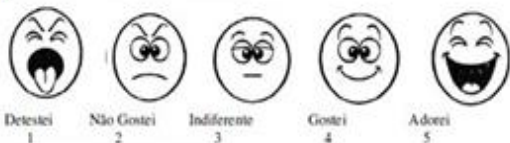
Avaliação de Aceitação – 12/09/2013

Pão da Tarde

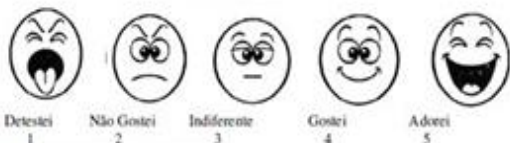
Aparência



Sabor

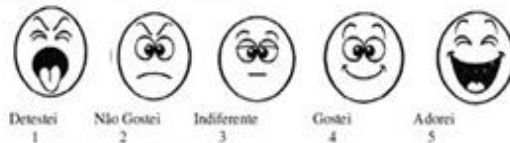


Textura

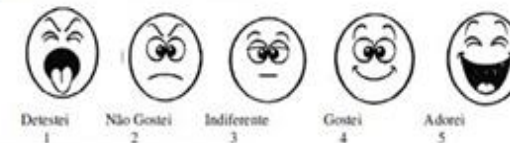


Pão da Tarde

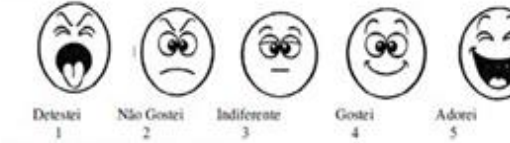
Aparência



Sabor



Textura



Aplicar com  
pessoas que  
você mora!

O questionário de avaliação da aceitação deverá ser entregue junto com o folder e o suplemento nutricional. Após o preenchimento, a responsabilidade por recolher o questionário é do aluno responsável pela enfermagem e do grupo.



# Relatório final INDIVIDUAL

## **INTRODUÇÃO e REVISÃO BIBLIOGRÁFICA (BASEADO NA LITERATURA CIENTÍFICA E LEGISLAÇÕES)**

- Abordar a doença, tratamentos, efeitos colaterais do tratamento na alimentação.
- Revisão bibliográfica da preparação (valorizando propriedades nutricionais e sensoriais que favoreçam ingestão alimentar desses pacientes)

## **DESENVOLVIMENTO**

- Receita preparada com ficha técnica de preparação.
- Cuidados higiênico-sanitários e controle da qualidade de produção (DESCREVER O PROCESSO E APRESENTAR AS FOTOS DE CADA ETAPA)
- Avaliação da aceitação da preparação;

## **DISCUSSÃO**

- Defender o porquê seu suplemento deve ser consumido (sabor, custo, rendimento, tempo de preparo, praticidade...)
- Comparar com um semelhante industrializado apontando os benefícios
- Apresentar possíveis erros ou problemas na preparação: discutir como poderia ser evitado ou melhorado;
- Discutir os resultados da análise sensorial: foi bem aceito? O que precisaria ser melhorado? Sugestões de como melhorar.

## **CONCLUSÃO**

- **Referências;**
- **Anexos** – Folder

---

**TAMBÉM ENCAMINHAR O FOLDER EM WORD E A FOTO SEPARADAMENTE DO RELATÓRIO**

# Critérios de avaliação e Notas

**Apresentação teórica e prática: 10 pontos**

**Trabalho escrito: 10 pontos**

Introdução e Revisão bibliográfica: (2,0 pontos)

Desenvolvimento:

Receita e ficha técnica (1,0 pontos)

Fluxograma detalhado com fotos (1,5 pontos)

Análise sensorial (1,0 ponto)

Discussão (1,5 pontos)

Conclusão (1 ponto)

Referências bibliográficas (1,0 ponto)

Anexos (folder) (1,0 pontos)

**Nota final: média**

---



## Prazo de entrega dos relatórios finais

**1 SEMANA APÓS A APRESENTAÇÃO DO RESULTADO DO  
SUPLEMENTO.**

**Apresentação teórica: semana 1**

**Apresentação da prática: semana 2**

**Entrega do relatório: semana 3**

**Atraso** acarretará em **perda de 20%** da média final.

---

## E-mails

- **Professora Camila:**  
camilajapur@usp.br
  - **Professora Mirele:**  
mirele.mialich@usp.br
  - **Técnica Tânia Pereira:**  
tania@fmrp.usp.br
  - **Técnica Viviane Favaretto:**  
vivianef@fmrp.usp.br
-



**Cada estudante desenvolverá 1 desafio**

## **DESAFIO 1**

- Doce
- Cremoso
- Hipercalórico e Hiperproteico
- Para indivíduo com mucosite

## **DESAFIO 2**

- Salgado
- Sólido
- Hipercalórico e Hiperproteico
- Para indivíduo com náuseas

## **DESAFIO 3**

- Doce ou salgado
  - Líquido ou sólido
  - Hipercalórico e Hiperproteico
  - Para indivíduo com diarreia
-