

NUTRIÇÃO HOSPITALAR COMO ESTRATÉGIA DE SAÚDE COLETIVA: ANÁLISE DO CARDÁPIO E ELABORAÇÃO DAS FICHAS TÉCNICAS NO HOSPITAL MUNICIPAL DE ROLIM DE MOURA – RONDÔNIA

Emmilly Katherin de Oliveira Andrade¹;

Secretaria Municipal de Saúde Residência Multiprofissional em Saúde da Família (SEMUSA),
Rolim de Moura, RO.

<http://lattes.cnpq.br/7051252102326073>

Angela Maria Giuriatto da Rocha Carriço²;

Secretaria Municipal de Saúde Residência Multiprofissional em Saúde da Família (SEMUSA),
Rolim de Moura, RO.

<http://lattes.cnpq.br/4063894845950975>

Carla Taveira Nunes³;

Secretaria Municipal de Saúde Residência Multiprofissional em Saúde da Família (SEMUSA),
Rolim de Moura, RO; Faculdade São Paulo Estácio de Rondônia.

<http://lattes.cnpq.br/9253415895937837>

Ana Paula de Andrade⁴;

Secretaria Municipal de Saúde Residência Multiprofissional em Saúde da Família (SEMUSA),
Rolim de Moura, RO.

<http://lattes.cnpq.br/9809641413736078>

Betânia da Silva Souza⁵;

Secretaria Municipal de Saúde Residência Multiprofissional em Saúde da Família (SEMUSA),
Rolim de Moura, RO.

<http://lattes.cnpq.br/8775441370308014>

João Belmiro Santos Scussel⁶;

Secretaria Municipal de Saúde Residência Multiprofissional em Saúde da Família (SEMUSA),
Rolim de Moura, RO.

<http://lattes.cnpq.br/9092736199903290>

Débora da Silva Oliveira⁷;

Secretaria Municipal de Saúde Residência Multiprofissional em Saúde da Família (SEMUSA),
Rolim de Moura, RO.

<http://lattes.cnpq.br/5838484554259754>

Victor Hugo da Cunha Przybylsz⁸;

Secretaria Municipal de Saúde Residência Multiprofissional em Saúde da Família (SEMUSA),
Rolim de Moura, RO.

<http://lattes.cnpq.br/0483864690553081>

Karen Caroline Lima Rosin⁹;

Secretaria Municipal de Saúde Residência Multiprofissional em Saúde da Família (SEMUSA),
Rolim de Moura, RO.

<http://lattes.cnpq.br/3061520602038345>

Euler Nogueira Magalhães¹⁰;

Secretaria Municipal de Saúde Residência Multiprofissional em Saúde da Família (SEMUSA),
Rolim de Moura, RO.

<http://lattes.cnpq.br/1690649673636006>

Ana Claudia Flores da Silva¹¹;

Secretaria Municipal de Saúde Residência Multiprofissional em Saúde da Família (SEMUSA),
Rolim de Moura, RO.

<http://lattes.cnpq.br/5516242459511268>

Elisangela Xavier Andrade¹².

Secretaria Municipal de Saúde Residência Multiprofissional em Saúde da Família (SEMUSA),
Rolim de Moura, RO; Faculdade São Paulo Estácio de Rondônia.

<https://lattes.cnpq.br/0859975456436025>

RESUMO: O objetivo deste estudo foi analisar a relação entre as fichas técnicas de preparo e a composição nutricional, especificamente os macronutrientes carboidratos, lipídios e proteínas, as fibras alimentares e o micronutriente sódio, em um cardápio planejado para uma semana do Hospital Municipal Amélio João da Silva, localizado em Rolim de Moura, RO. A ficha técnica de preparo é uma ferramenta utilizada para facilitar a gestão do nutricionista em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) e auxiliar o planejamento dietético. Neste sentido, a ausência das mesmas pode ser considerada um obstáculo à padronização das preparações e, conseqüentemente, à composição nutricional de um plano alimentar. Trata-se de um estudo descritivo, documental e de abordagem quantitativa, com apoio de revisão bibliográfica em bases como Google Acadêmico e SciELO, publicadas entre 2004 e 2021. As fichas técnicas foram elaboradas conforme recomendações técnico-científicas e analisadas pelo software Dietbox. A partir dessa elaboração, observou-se a importância da utilização das fichas técnicas de preparo em cozinhas hospitalares, pois permitem padronizar refeições e garantir que a composição nutricional se mantenha estável, mesmo diante da rotatividade de colaboradores.

PALAVRAS-CHAVE: Nutrição. Fichas Técnicas de Preparo. Unidade de Alimentação e Nutrição Hospitalar.

HOSPITAL NUTRITION AS A PUBLIC HEALTH STRATEGY: MENU AND TECHNICAL SHEET ANALYSIS AT THE MUNICIPAL HOSPITAL OF ROLIM DE MOURA – RONDÔNIA

ABSTRACT: The objective of this study was to analyze the relationship between preparation data sheets and nutritional composition, specifically the macronutrients carbohydrates, lipids and proteins, dietary fiber and the micronutrient sodium, in a menu planned for one week at the Hospital Municipal Amélio João da Silva, located in Rolim de Moura, RO. The

technical preparation sheet is a tool used to facilitate the nutritionist's management in a Food and Nutrition Unit (FNU) and to assist in dietary planning. In this sense, the absence of such documents can be considered an obstacle to the standardization of preparations and, consequently, to the nutritional composition of a food plan. This is a descriptive, documental and quantitative study, supported by a bibliographic review on platforms such as Google Scholar and SciELO, published between 2004 and 2021. The technical preparation sheets were prepared according to scientific and technical recommendations and analyzed using Dietbox software. From this elaboration, it was possible to observe the importance of preparation data sheets in hospital kitchens, as they allow meals to be standardized and ensure that nutritional composition remains stable, even with staff turnover.

KEYWORDS: Nutrition. Technical Preparation Sheets. Hospital Food and Nutrition Unit.

INTRODUÇÃO

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) são instituições que competem ao setor de alimentação coletiva e têm como objetivo gerir a preparação de refeições com valor nutricional adequado e com condições higiênico-sanitárias ideais, de forma a contribuir com a saúde coletiva (ABREU; SPINELLI; PINTO, 2019).

Nessas unidades, a ficha técnica de preparo (FTP) é um instrumento que auxilia o nutricionista a padronizar e organizar as preparações, garantindo reprodutibilidade e qualidade independentemente de quem execute a receita (SANTOS; SANTOS; MOURA, 2017).

No contexto hospitalar, as dietas assumem papel de extrema relevância para manutenção e recuperação da saúde dos pacientes. O planejamento dietético deve refletir as necessidades nutricionais e também aspectos sensoriais, como sabor e aparência, fatores que influenciam a aceitação alimentar. Dessa forma, destaca-se a importância das FTP para a formulação de técnicas padronizadas que garantam qualidade e segurança (LAGES; RIBEIRO; SOARES, 2013).

OBJETIVO

Este trabalho tem como objetivo analisar a relação entre as fichas técnicas de preparo e a composição nutricional do cardápio hospitalar, evidenciando como sua elaboração pode contribuir para a identificação e correção de inadequações nas dietas oferecidas. A análise será realizada com base nas fichas técnicas desenvolvidas especificamente para este estudo.

METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa descritiva e documental, de abordagem quantitativa, com apoio de revisão bibliográfica. A investigação foi conduzida a partir da análise do cardápio semanal (30/10 a 05/11/2021) do Hospital Municipal Amélio João da Silva, localizado em Rolim de Moura, Rondônia, com vistas a avaliar sua composição

nutricional.

Para subsidiar a fundamentação teórica, realizou-se uma revisão em bases como SciELO, LILACS e PubMed, contemplando o período de 2012 a 2021. Foram incluídos artigos e documentos publicados em português que tratassem de avaliação nutricional hospitalar, a importância das fichas técnicas e a adequação alimentar em instituições de saúde. Excluíram-se trabalhos em duplicidade, publicações sem respaldo científico e estudos que não dialogassem com a temática de interesse.

A análise nutricional do cardápio foi conduzida por meio do software Dietbox, a partir da elaboração de fichas técnicas das preparações. As informações obtidas foram sistematizadas para verificar a adequação do plano alimentar proposto em relação às recomendações nutricionais vigentes.

RESULTADO E DISCUSSÃO

Fichas Técnicas de Preparo nas Cozinhas Dietéticas Hospitalares

No âmbito hospitalar a atenção nutricional dos profissionais da saúde é essencial para os pacientes internados. A atenção ou cuidado nutricional pode ser entendido como critérios direcionados à recuperação e promoção da saúde dos indivíduos, sendo característica de métodos humanizados dentro dos hospitais. O nutricionista se torna primordial no que se entende como cuidado nutricional, dado que, cabe a ele atender, prescrever a dieta adequada e acompanhar a aceitação dos pacientes (BANDO et al, 2012).

Um fato de frequente ocorrência e consequências nos hospitais é a internação, que pode ocasionar quadros de desnutrição devido à baixa ingestão alimentar das dietas servidas nos hospitais. Geralmente esse fato pode estar associado à doença, ao afastamento das atividades rotineiras e o descontentamento pelas refeições servidas. Dessa forma, é importante para o nutricionista responsável detectar os riscos nutricionais e intervir dieteticamente de maneira adequada. (FERREIRA; GUIMARÃES e MARCADENTI, 2013)

Contudo, a alimentação oferecida no hospital deve prestar assistência no quesito fisiopatologia e através de uma refeição apropriada, contribuir para melhora dos sintomas e reduzir riscos de mortalidade, potencializando a recuperação do quadro clínico e nutricional. Para maior aceitabilidade e menores níveis de rejeição dos pacientes internados, as dietas devem atender as necessidades nutricionais individuais e aspectos sensoriais como sabor, harmonia e textura, tornando a refeição mais palatável e prazerosa. (TAVARES e MELLO, 2020).

A aplicação das FTP proporciona informações como a composição nutricional daquela preparação, incluindo especificamente a quantidade de macro nutrientes tal qual carboidratos, lipídeos e proteínas e os micronutrientes como vitaminas, minerais e fibras. Permitindo a visualização da qualidade e quantidade nutricional que está sendo oferecida em cada preparação. (NASSIF; SILVA e SERPA, 2017). Além disso, as dietas servidas no ambiente hospitalar não são ofertadas apenas aos pacientes, mas também aos acompanhantes e funcionários do hospital (VIEIRA et al, 2011).

Componentes da Ficha Técnica de Preparo

Incluem: nome da preparação, lista de ingredientes, pesos bruto e líquido, fator de correção, modo de preparo, rendimento, per capita, índice de cocção, informações nutricionais e registro do responsável técnico (MARTINS et al., 2013; PASSOS; MACIEL, 2021). Segundo o CFN, a elaboração e monitoramento das FTPs é atribuição legal do nutricionista (CFN, 2018).

Informação Nutricional para Análise Qualitativa das Preparações

A inserção das informações nutricionais já é exigida em alimentos embalados no Brasil, devendo obrigatoriamente conter nos rótulos das embalagens, sob ordem e recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS) e Política Nacional da Alimentação Saudável (PNAN). No entanto, até o momento essa informação não é obrigatória em cardápios que ofereçam refeições produzidas e distribuídas em UAN de acordo com o pedido do cliente, isso impossibilita o conhecimento dos consumidores em relação valor nutricional das refeições (OLIVEIRA; PROENÇA e SALLES, 2012).

As informações nutricionais quando adicionadas às Fichas Técnicas de Preparo favorecem a consulta da composição nutricional daquela preparação, por meio da consulta é possível fazer uma análise quantitativa e qualitativa das receitas, sendo eficiente para garantir ao nutricionista responsável os seus planejamentos dietéticos com qualidade e equilíbrio (NASSIF; SILVA e SERPA, 2017).

DRIS (Macronutrientes e Micronutrientes)

As DRIs, *Dietary Reference Intakes*, são valores referenciais de ingestão nutricional estabelecidas e utilizadas para auxiliar na elaboração de e avaliação de dietas e ingestas alimentar de uma população saudável. São subdivididas de acordo com estágio de vida e gênero e categorias que direcionam o planejamento dietético, bem como avaliação da adequação de nutrientes da dieta consumida habitualmente (MARCHIONI; SLATER e FISBERG, 2004).

Uma alimentação saudável deve suprir as necessidades nutricionais de modo a fornecer carboidratos, proteínas, lipídios, fibras, vitaminas e minerais que garantam um bom funcionamento das funções vitais e manutenção da saúde. Os carboidratos são responsáveis por proporcionar energia e podem ser encontrados em grãos, tubérculos e raízes (BRASIL, 2008). A distribuição aceitável de carboidratos estabelecida pelas DRIs é de 45 a 65% em uma dieta de 2.000 kcal (MOREIRA et al, 2012).

As fibras alimentares são uma divisão dos carboidratos e se descrevem como partes dos alimentos não digeríveis, podendo ser encontradas em vegetais como tubérculos, grãos, raízes, frutas, verduras e legumes (BRASIL, 2008). A Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde para a população brasileira recomendam que o consumo de fibras alimentares seja de no mínimo 25g por dia para uma dieta ofertando 2.000 kcal

(CRUZ et al, 2021)

As proteínas são a junção de aminoácidos que promovem o crescimento e a manutenção do corpo humano, podem ser encontradas em alimentos de origem animal e vegetal, sendo os de origem animal todos os tipos de carnes, ovos e laticínios. A proteína de origem animal é considerada completa por possuir todos os aminoácidos essenciais, já as proteínas de origem vegetal não possuem todos os aminoácidos essenciais em sua composição, no entanto, é possível adquirir esses aminoácidos por meio combinações de leguminosas e cereais, como por exemplo o arroz e o feijão (MENGUE e ORIBE, 2014). Já para as proteínas, a taxa de distribuição estabelecida pelas DRIs é de 10 a 35% das caloriais totais de uma dieta de 2.000 kcal (MOREIRA et al, 2012).

Os lipídios ou gorduras são substâncias que completam o trio de macronutrientes, ao lado dos carboidratos e das proteínas. São substâncias com altos valores energéticos e podem ser encontrados em alimentos de origem vegetal e animal, podendo variar em formas de óleos e gorduras (BRASIL, 2008). Os lipídios possuem uma distribuição estabelecida pelas DRIs de 10 a 35% das caloriais totais de uma dieta ofertando 2.000 kcal (MOREIRA et al, 2012).

O sódio é um micronutriente importante para a contração muscular e para a transmissão de estímulos do sistema nervoso. No entanto, possui recomendação de baixo consumo ao dia devido aos graves danos causados à saúde quando consumido em excesso (CHICOSKI et al, 2015). A recomendação de sódio de acordo com as DRIs é de 1.5 a 2.3 mg ao dia (VIANA, 2017).

Elaboração da Ficha Técnica Padrão

Foram coletadas informações para a elaboração das fichas técnicas de preparo por meio do cardápio planejado referente a uma semana das dietas livres oferecidas no Hospital Municipal Amélio João da Silva no dia 30/10/2021 ao dia 05/11/2021. O cardápio contou com as refeições de: Desjejum, almoço, lanche da tarde e ceia. O total de fichas técnicas de preparo foi de 48 fichas elaboradas e distribuídas de acordo com cada refeição.

As fichas técnicas de preparo formuladas no decorrer deste trabalho apresentaram apenas elementos necessários que auxiliem a obtenção dos valores nutricionais. Portanto, não contêm todos os componentes de uma ficha técnica de preparo padrão que contempla informações administrativas. A elaboração das fichas técnicas de preparo foi de autoria própria.

Refeições do Cardápio Servido no Hospital Municipal

Os desjejuns servidos nos cardápios dos dias avaliados foram 9 preparações que variaram entre: café, leite, chá, pão com margarina, pão com requeijão, biscoito maisena e fruta (banana, melão ou laranja);

As preparações servidas no almoço durante a semana totalizaram 22 preparações,

dentre elas: Rúcula com pepino, galinhada, farofa de calabresa e feijão preto e berinjela; Salada de couve com tomate, carne de panela, quibebe de abóbora, arroz e feijão; Salada de beterraba cozida com laranja picada, bife, macarrão ao sugo, batata doce; Mix de folhas com tomate, abóbora, carne em cubos ao molho e farofa de milho; Salada de repolho com cenoura, chuchu com batata gratinados ao molho branco; Salada de folhas com pepino, cubos acebolados, torta de repolho.

Os lanches contaram com 10 preparações: bolo de laranja, suco de maracujá, torta de legumes, torrada com doce de leite, chá mate gelado, bolo de fubá, fruta (banana, laranja e melão) e vitamina de banana com Neston.

As ceias servidas foram 9 no total: Mingau de neston, chá de camomila, leite com chocolate, banana, biscoito de sal, mingau de maisena com chocolate, biscoito com doce de leite, mingau de arroz e mingau de aveia com banana.

Resultados da Análise Nutricional do Cardápio Hospitalar

A média de calorias encontrada no plano alimentar em estudo foi de 1.676,85 kcal, totalizando 11.738 kcal em 7 dias, que alcançou 83.8% do valor adequado. Isto demonstra que os cardápios em discussão não estavam atingindo as calorias necessárias para um adulto saudável.

A média de percentual de carboidrato encontrado foi de 49,5%, demonstrando que em geral, a média de consumo de carboidratos está dentro da adequação preconizada pelas DRIs, onde estabelece o valor de 45-65%.

A média de proteínas advinda do cardápio analisado totalizou em 18,2%, onde foi constado como valor adequado, uma vez que, as DRIs estabelecem valores entre 10-35%.

A média de lipídios encontrados foi de 35,5%, valor máximo recomendado pelas DRIs, entre 20-35%. Uma dieta equilibrada deve adotar um consumo regular de lipídios, dado que, a alta ingesta alimentar de gorduras pode ocasionar doenças cardiovasculares que, consequentemente aumentam o índice de massa corpórea e eleva a pressão arterial, podendo também acarretar outras doenças posteriormente (CAMPOS et al, 2009)

A média de sódio encontrado na análise foi de 3.3mg, valor ultrapassou a recomendação correspondendo em 143,4% da ingestão adequada, no qual, se refere pelas DRIs como 2.3mg. O consumo de sódio quando excedido pode causar agravos de saúde, como: doenças renais, cardiovasculares e a elevação da pressão sanguínea (CHICOSKI et al, 2015).

A média de fibras alimentares encontradas foi de 16,73g, baixa concentração de fibras no cardápio avaliado, o percentual atingiu apenas 66,9% da taxa recomendada pela FAO e OMS, que estabeleceram ingestão diária de 25g ao dia. Níveis baixos de ingestão de fibras alimentares são dados preocupantes, vez que, as fibras possuem papel importante na velocidade do trânsito intestinal, diminuição na secreção de insulina e reduções de níveis séricos de colesterol. Estudos também indicam que, uma ingestão apropriada de fibras tende a reduzir riscos para desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis como

diabetes, hipertensão, obesidade e câncer. (BERNAUD e RODRIGUES, 2013)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise realizada evidenciou que a elaboração de fichas técnicas de preparo constitui uma ferramenta indispensável na gestão nutricional hospitalar, pois garante a padronização das preparações e possibilita a determinação precisa da composição nutricional. Ao serem elaboradas a partir do cardápio semanal do Hospital Municipal Amélio João da Silva, as fichas permitiram identificar pontos de adequação e de inconformidade, como o excesso de sódio e a baixa ingestão de fibras, além da energia total inferior à recomendada.

Dessa forma, percebe-se que não é possível dissociar o cardápio das fichas técnicas, uma vez que este fornece a base para o planejamento das refeições, enquanto aquelas asseguram que sua execução mantenha os valores nutricionais previstos. A ausência das fichas compromete a reprodutibilidade das preparações e, conseqüentemente, a confiabilidade da dieta ofertada.

Assim, a utilização conjunta do cardápio e das fichas técnicas fortalece a atuação do nutricionista em Unidades de Alimentação e Nutrição hospitalares, permitindo que sejam feitos ajustes consistentes e embasados em dados objetivos. Esse processo contribui não apenas para a correção de inadequações nutricionais, mas também para a promoção de qualidade e segurança alimentar, reforçando o papel da nutrição hospitalar como estratégia de saúde coletiva.

REFERÊNCIAS

- ABREU, E. S. de; SPINELLI, M. G. N. **Seleção e preparo de alimentos: gastronomia e nutrição**. São Paulo: Editora Metha, 411 p., 2014. *E-book*
- ABREU, Edeli Simioni; SPINELLI, Mônica Glória Neumann; PINTO, Ana Maria Souza. **Gestão de unidades de alimentação e nutrição: um modo de fazer**. Editora Metha, 2019. *E-book*
- ALBUQUERQUE, M. **Ficha técnica: como calcular preços e reduzir custos na venda de alimentos**. Cuiabá – MT, 2021.
- ALMEIDA, Carlos Alberto Nogueira. FERNANDES, Geórgia de Castro. **“A qualidade da alimentação para suprir as necessidades de energia de crianças, jovens e adultos.”** International Journal of Nutrology, 2020.
- BERNAUD, F. S. R., & RODRIGUES, T. C. **Fibra alimentar: ingestão adequada e efeitos sobre a saúde do metabolismo**. Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia ,2013.
- BRASIL, Resolução CFN nº 600 de 25/02/2018. **Dispõe sobre a definição das áreas de atuação do nutricionista e suas atribuições**, 2018.
- CAMPOS, Wagner de, et al. **“Atividade física, consumo de lipídios e fatores de risco para aterosclerose em adolescentes”**. Arquivos Brasileiros de Cardiologia, 2009.
- CASTRO, DS et al. **Implantação de Fichas Técnicas de Preparo para a Padronização**

de Processos Produtivos em UAN. Revi Grupo Verde de Agroecologia e Abelhas. v.7, n.1, p.106-110, 2013.

CHICOSKI J.É, et al. **Desenvolvimento De Formulação De Pão Francês Enriquecido Com Farelo De Trigo E Baixo Teor De Sódio,** 2015.

CRUZ, Gabriela Lopes da, et al. **“Alimentos ultraprocessados e o consumo de fibras alimentares no Brasil.”** Ciência & Saúde Coletiva 26, 2021.

FERRAZ, Renato Ribeiro Nogueira et al. **Redução de custos e melhoria dos padrões de gestão com a utilização de fichas técnicas de preparação para padronização da montagem de refeições em unidades hospitalares.** Revista dos Mestrados Profissionais, v. 2, n. 2, 2013.

FERREIRA, Daiane; GUIMARÃES, Tessa Gomes; MARCADENTI, Aline. **Aceitação de dietas hospitalares e estado nutricional entre pacientes com câncer.** Einstein (São Paulo), v. 11, n. 1, pág. 41-46, 2013.

FISBERG, Mauro, et al. **“Hábito alimentar nos lanches intermediários de crianças escolares brasileiras de 7 a 11 anos: estudo em amostra nacional representativa.”** International Journal of Nutrology 9, no, 2016.

GASPAR, Maria Clara de Moraes Prata. **“Entre normas socioculturais e dietéticas: o almoço para nutricionistas e mulheres leigas brasileiras, espanholas e francesas.”** Ciência & Saúde Coletiva 26, 2021.

GONÇALVES, Ruth de Cássia Magalhães Negrão; SOUZA, Ulisses Dias; MACIEL, Andre Schwenck Franco. **Ficha Técnica De Preparação De Alimentos.** Etic-Encontro De Iniciação Científica-ISSN 21-76-8498, v. 17, n. 17, 2021.

LAGES, Priscilla Ceci; SOARES, Luciana Santos; RIBEIRO, R. C. **A Gastronomia Como Proposta De Qualificação Dietética Das Refeições Hospitalares Pastosas: Análise, Intervenção E Avaliação** The gastronomy utilization to propose dietetics improvements in the hospital pasty meals: analysis, intervention and. Alimentos e Nutrição Araraquara, v. 24, n. 1, p. 100, 2013.

MARCHIONI D.M, SLATER B, FISBERG RM. **Aplicação das Dietary Reference Intakes na avaliação da ingestão de nutrientes para indivíduos.** Revista de Nutrição. 2004 Jun;17(2):207-16.

MARTINS, Ana Clara et al. **Composição nutricional e custo de preparações de restaurantes por peso.** Demetra: alimentação, nutrição & saúde, v. 8, n. 1, p. 23-38, 2013.

MENGUE, Bruna; ORIBE, Fabiana Ribeiro. **Informação nutricional de refeições servidas pelo restaurante da Universidade Tecnológica Federal do Paraná-Câmpus Londrina.** 2014. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Tecnológica Federal do Paraná.

MOREIRA, Leise Nascimento. **Técnica dietética** / Leise Nascimento Moreira. Rio de Janeiro: SESES, 2016. 240 p: il.

MOREIRA, Ana Paula Boroni et al. **“Evolução e interpretação das recomendações nutricionais para os macronutrientes.”** Rev Bras Nutr Clin 27, no. 1, 2012.

MENEZES, RO. SANTANA, ED. NASCIMENTO, MO. **Elaboração de fichas técnicas das**

preparações oferecidas em serviço de alimentação e nutrição de hospital público de Salvador, BA. Hig. Alim, 2018.

NASSIF, A. M.; SILVA, Fernanda Belgone Caeres; SERPA, Talita Rother da Costa. **Importância da ficha técnica em unidade de Alimentação e nutrição**. Revista Universo. [periódico na internet], 2017.

OLIVEIRA, Renata Carvalho; PROENÇA, Rossana Pacheco; SALLES, Raquel Kuerten. **O direito à informação alimentar e nutricional em restaurantes: uma revisão**. DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde, v. 7, n. 1, p. 47-58, 2012

PASSOS, T.S; MACIEL, L. **Manual para elaboração de Fichas Técnicas de Preparação e oficinas culinárias**. p11. Edufrn, Natal, 2021.

TAVARES, Dayse Cristina Eduardo e MELLO, Layza Fernanda Oliveira. **Gastronomia Aliada À Nutrição Nas Dietas Hospitalares**. Goiânia, 2020

SANTOS, Polyana Barbosa et al. **Estandarização de dietas hospitalares: diagnóstico e subsídio para a qualidade da atenção**. O Mundo da Saúde, v. 39, n. 4, p. 448-459, 2015.

SANTOS, Jefferson Carvalho et al. **Importância da Ficha Técnica em uma unidade de Alimentação**. Semana de Pesquisa e Extensão da Universidade Tiradentes-SEMPESq-SEMEX, n. 18, 2016.

SANTOS, Taiana; DOS SANTOS, Rafaela Biasi; DE MOURA, Fernanda Aline. **Elaboração De Ficha Técnica E Análise De Preparação Culinária**. Anais do Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão, v. 9, n. 1, 2017.

BANDO, A.M.N et al, **Manual De Dietas Hospitalares**. 2012.

SILVA, Carla Cristina. **Ficha técnica como um instrumento de qualidade: padronização, controle da qualidade e gestão de custos são alguns dos objetivos das fichas técnicas**, 2021.

VIANA, M. F. **Avaliação do conhecimento de praticantes de musculação quanto à relação de exercício físico e alimentação**. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, 11(62), 232-248, 2017