

Princípios de nutrição e dietética

Criada em 2013-04-29

DESIGNAÇÃO DA UFCD: Princípios de nutrição e dietética

CÓDIGO DA UFCD: 8259

CARGA HORÁRIA: 25 horas

PONTOS DE CRÉDITO: 2.25

Objetivos

- Reconhecer os princípios da nutrição e alimentação
- Classificar os constituintes alimentares.
- Aplicar princípios de nutrição e dietética em ementas.

Conteúdos

- Nutrição e alimentação
 - Conceitos
 - Funções da alimentação
- Constituintes alimentares
- Metabolismo
 - Funções do aparelho digestivo
 - - Processo digestivo
- Roda dos alimentos e grupos alimentares
- Alimentação equilibrada
 - Regras
 - Principais erros alimentares
 - Necessidades diárias de nutrientes
 - Alimentação racional
- Noções para a elaboração de ementas

Qualificações

- 811311 - Empregado/a de Restaurante/Bar

Ligações úteis

> ANQEP (<http://www.anqep.gov.pt/default.aspx?e=1>)

> IEFP (<https://www.iefp.pt/>)

> DGEstE (<https://www.dgeste.mec.pt/>)

> DGERT (<https://www.dgert.gov.pt/>)

> Portal Qualifica (<https://www.qualifica.gov.pt>)

> Portal da Oferta Formativa
(<https://www.ofertaformativa.gov.pt/>)

> Cedefop (<http://www.cedefop.europa.eu/pt>)

> Skills Panorama
(<https://skillspanorama.cedefop.europa.eu/en>)

> OIT
(<https://www.ilo.org/public/portugue/region/eurpro/lisbon/htm>)

> OCDE (<http://www.oecd.org/>)

> União Europeia (https://europa.eu/european-union/index_pt)

Contactos

📍 Av. 24 de Julho, nº138, 1399-026 Lisboa

☎ +351 213 943 700

✉ anqep@anqep.gov.pt (<mailto:anqep@anqep.gov.pt>)

📘 (<https://pt-pt.facebook.com/ANQEP/>) 🐦 (<https://twitter.com/anqep>)

📷 (<https://www.instagram.com/anqep.ip/>)

📺 (https://www.youtube.com/channel/UC7_z025LdbVnMefukPaD8eA)

AVISOS LEGAIS (/avisosLegais)

© Copyright 2008-2025 Agência Nacional para a Qualificação e o Ensino Profissional, I.P.

 REPÚBLICA PORTUGUESA (<https://www.portugal.gov.pt>)

 ANQEP (<https://www.anqep.gov.pt/>)
AGÊNCIA NACIONAL
PARA A QUALIFICAÇÃO E O
ENSINO PROFISSIONAL, I.P.

Cofinanciado pela
União Europeia

