

ESTRATÉGIAS DE APRENDIZADO EM TÉCNICA DIETÉTICA E GASTRONOMIA: Cultura, Técnica e Sabores da Itália na Formação de Futuros Nutricionistas

Kamila de Oliveira do Nascimento¹

Dados de Identificação

Disciplina: Técnica Dietética e Gastronomia

Período: 6º período

Curso: Nutrição

Objetivo(s) da Ação

Descrever as estratégias de aprendizado utilizadas em uma aula prática de Técnica Dietética e Gastronomia, destacando a integração de cultura, técnicas culinárias e organização de eventos gastronômicos como ferramentas para o desenvolvimento profissional e a formação prática de futuros nutricionistas.

Além de proporcionar aos alunos uma experiência prática e imersiva, integrando conhecimentos de Gastronomia Mundial e Técnica Dietética.

Uma vez que a alimentação é essencial para a sobrevivência humana e desempenha um papel central na estruturação das organizações sociais. Alimentar-se vai além do simples ato de consumir alimentos; envolve relações pessoais, sociais e culturais que moldam essa prática em diferentes contextos (RAMIREZ et al., 2024).

¹ Pós Doutora em Ciência e Tecnologia de Alimentos (UFRRJ).

Conteúdos Trabalhados

Nesta atividade, foram abordados o planejamento e organização, desenvolvimento do cardápio, preparação e apresentação de pratos com elementos típicos da culinária italiana, caracterização cultural, execução prática e desenvolvimento profissional. A atividade integrou técnicas culinárias, cultura e organização de eventos gastronômicos, proporcionando aprendizado imersivo e preparação para a prática profissional.

Procedimentos

Definição da Data e Planejamento Inicial:

No início do período, foi definida a data para a realização da aula temática, que ocorre como a última atividade antes das avaliações (AVD 2). Esse planejamento inicial garante tempo suficiente para as preparações e ensaios necessários. A aula temática é tratada como um evento importante, motivando os alunos a se envolverem ativamente no processo e proporcionando uma experiência mais significativa e profissional.

Escolha do País Baseada nas Aulas de Gastronomia Mundial:

Os alunos escolhem o país com base nos tópicos abordados nas aulas de Gastronomia Mundial. Para o semestre de 2024.2, o país escolhido foi a Itália. A escolha permite que os alunos apliquem seus conhecimentos sobre culinária internacional e explorem as particularidades gastronômicas e culturais do país escolhido.

Definição do Cardápio:

A definição do cardápio, levou em consideração a harmonia entre os pratos, cores, sabores e praticidade. O intuito da proposta foi criar um menu que represente fielmente a culinária italiana, respeitando a viabilidade dentro dos recursos e do tempo disponível. O planejamento também envolveu discussões sobre a combinação de ingredientes, técnicas de preparo e apresentação.

Cardápio definido: Entrada: Bruschetta, Prato principal: Polpettone ao molho, Opção: do Prato principal: Lasanha à bolonhesa, Guarnição: Massa à carbonara, Prato base: Risoto de camarão, Sobremesas: Tiramisù e Bebida: Suco de uva.

Orientação sobre a Ornamentação e Apresentação:

Os alunos recebem orientação sobre a ornamentação dos pratos, com foco na cultura do país escolhido. No caso da Itália, a apresentação precisa incluir elementos típicos, como o uso de ervas frescas e a disposição dos pratos de forma que realce a experiência gastronômica.

Preparação da Mesa e Estilo de Serviço:

Os alunos foram responsáveis pela preparação da mesa, no estilo de serviço francês, caracterizado por uma disposição elegante e formal, com atenção aos detalhes na apresentação dos utensílios e pratos.

Os pratos servidos foram preparados de forma individualizada, garantindo que cada porção fosse apresentada de maneira refinada e condizente com a cultura gastronômica italiana.

A mesa preparada foi destinada à recepção de um grupo seletivo de convidados, incluindo a coordenação do curso, a professora, a pró-reitora, diretora de departamento, supervisora administrativa, estagiária, funcionários, além de outros convidados especiais. O evento contou com a presença de seis pessoas, que apreciaram os pratos preparados pelos alunos.

Caracterização dos Alunos (Vestimenta Temática):

Embora não fosse obrigatório, os alunos foram incentivados a se caracterizar com vestimentas típicas do país escolhido, o que contribuiu para a imersão cultural do evento. Aqueles que optaram por participar na competição de fantasia tiveram a chance de ganhar pontos extras.

A votação para a melhor fantasia foi realizada através de uma votação *online*, compartilhada nos perfis do Instagram do curso, da professora e dos alunos envolvidos. Amigos e familiares puderam votar nas fantasias, com a distribuição de pontos da seguinte forma:

- 1º lugar: 1,0 ponto

•2º lugar: 0,9 pontos

•3º lugar: 0,8 pontos

Os demais alunos que participaram da votação, vestindo fantasias, ganham 0,5 ponto extra cada.

Execução e Realização do Evento:

Após o planejamento e a preparação, os alunos executaram as receitas e organizam o evento de forma colaborativa, com foco na qualidade dos pratos e no atendimento. Durante o evento, os alunos apresentam os pratos individualmente aos convidados.

Ao final do evento, foi realizada uma degustação dos pratos, onde todos os participantes, incluindo alunos e convidados, puderam saborear as preparações feitas pelos estudantes. Além disso, os alunos apresentaram os pratos preparados, compartilhando seus processos criativos e as técnicas utilizadas na preparação.

Essa metodologia visa proporcionar aos alunos um aprendizado prático e imersivo, promovendo a integração de técnicas culinárias, cultura e criatividade, enquanto desenvolvem competências essenciais para sua futura profissão. A dinâmica de preparação da mesa e o envolvimento com os convidados agregam um caráter profissional à atividade, preparando os alunos para situações reais em sua carreira como nutricionistas.

Resultados

Foi desenvolvido um convite para destacar a aula temática e motivar os alunos e convidados, Figura 1.



Figura 1. Convite da aula temática

O convite foi elaborado visando estimular o interesse e engajamento dos alunos e convidados ao apresentar uma aula temática inspirada na culinária italiana (Figura 1). A escolha da Itália como tema, simbolizada pelas cores da bandeira (verde, branco e vermelho), reforça a conexão com a cultura alimentar italiana, que é amplamente reconhecida e apreciada. A pizza, elemento central do convite, representa não apenas um ícone da gastronomia italiana, mas também simboliza união, partilha e celebração em torno da comida.

Além disso, a mensagem "Entrega Gratuita para Alunos de TDG II" sugere um incentivo adicional à participação, criando uma atmosfera acolhedora e inclusiva. O uso do verde vibrante, combinado com o vermelho e os elementos visuais das folhas frescas, remete à qualidade dos ingredientes e à valorização da nutrição equilibrada, alinhada com o contexto acadêmico do curso de Nutrição.



Figura 2. Ornamentação do ambiente e fantasias

Como parte da proposta avaliativa, os alunos precisavam ornamentar o ambiente para receber os convidados e dar vida a proposta de um ambiente Italiano. Como isso, observa-se que, a ornamentação foi cuidadosamente planejada para transmitir a temática italiana de forma clara e envolvente. A combinação das cores vermelho e verde nas toalhas de mesa e jogos americanos remete diretamente à bandeira da Itália, reforçando a identidade cultural do cardápio temático. O uso de flores no centro da mesa complementa a decoração, adicionando elegância e um toque acolhedor ao ambiente (Figura 2).

A mesa foi organizada de maneira harmônica e funcional, com disposição simétrica dos pratos, talheres e taças, criando uma atmosfera sofisticada, mas ao mesmo tempo simples e convidativa (Figura 2).

A apresentação visual foi crucial, pois contribuiu para refletir a estética da culinária italiana, criando uma experiência imersiva para os participantes do evento.

A vestimenta temática dos alunos foi cuidadosamente escolhida para reforçar a identidade cultural italiana e criar uma atmosfera imersiva durante a aula temática. O uso de trajes que remetem à Itália, como cores características (verde, branco e vermelho), aventais e acessórios típicos, agregou valor à apresentação, promovendo uma experiência visual alinhada com a proposta gastronômica.

Além de contribuir para a estética do evento, a caracterização dos alunos demonstrou comprometimento, criatividade e atenção aos detalhes, proporcionando um ambiente mais envolvente e acolhedor. A escolha da vestimenta temática também fortaleceu a conexão entre teoria e prática, destacando a importância de aspectos culturais no contexto da gastronomia. A clareza do cardápio e sua apresentação organizada foram um destaque, proporcionando um guia visual que enriquece a experiência dos convidados (Quadro 1).

Quadro 1. Cardápio em português e em italiano

CARDÁPIO EM PORTUGUÊS	CARDÁPIO EM ITALIANO
Entrada: Bruschetta Prato principal (primeiro): Polpettone ao molho Prato principal (segundo): Lasanha à bolonhesa Guarnição: Massa à carbonara Prato base: Risoto de camarão Sobremesas: Tiramisù Bebidas: Suco de uva	Antipasto: Bruschetta Primo piatto: Polpettone al sugo Secondo piatto: Lasagne alla bolognese Contorni: Pasta alla carbonara Piatto base: Risotto ai gamberi Dolci: Tiramisù Bevande: Succo d'uva

Fonte: Autor (2025)

O ambiente ficou convidativo e cuidadosamente ornamentado, utilizando as cores tradicionais italianas de forma equilibrada e criativa. A disposição das mesas e a escolha do cardápio trazem uma experiência cultural e gastronômica completa, valorizando não apenas a culinária, mas também o contexto visual e estético, típico da hospitalidade italiana. Apresentação dos pratos (Figura 3).



Figura 3. Apresentação dos pratos

A apresentação dos pratos demonstra cuidado estético e atenção aos detalhes, refletindo a valorização da culinária italiana em cada etapa (Figura 3). Na primeira imagem, as bruschettas estão dispostas de forma harmoniosa sobre um prato rústico, com cores vibrantes que destacam os ingredientes frescos e tradicionais. A combinação do vermelho do tomate, o verde do manjericão e o branco do queijo remete à paleta da bandeira italiana. Na segunda imagem, o polpettone al sugo é apresentado com elegância, disposto em um prato branco, realçado pelo contraste

com o molho vermelho e o toque final de folhas verdes, garantindo um visual equilibrado e atrativo.

Por fim, na terceira imagem, as lasanhas individuais foram servidas em ramequins, proporcionando um empratamento funcional e sofisticado. A superfície gratinada destaca a textura e traz um acabamento visual convidativo, reforçando a praticidade e o cuidado na apresentação.

De modo geral, os pratos foram organizados com simetria, uso de cores contrastantes e louças adequadas, criando uma experiência visual alinhada à temática e ao contexto gastronômico italiano.

Além de visualmente atrativos, todos os pratos foram elogiados pela qualidade, sabor e elaboração cuidadosa, agradando tanto aos participantes quanto aos convidados, o que reforça o sucesso da experiência gastronômica proposta.

Oliveira et al. (2024), no trabalho "*Gastronomia Italiana Reimaginada: Uma Proposta Interativa e Inclusiva*", visaram promover um envolvimento mais profundo com a culinária italiana, destacando-se pela ênfase na inclusão social e diversidade. Os autores, criaram um ambiente acessível e acolhedor para pessoas de todas as idades e perfis, garantindo que todos, independentemente de limitações físicas ou outras condições, pudessem vivenciar plenamente a experiência gastronômica. A abordagem de culinária interativa e inclusiva, centrada na gastronomia italiana, atendeu à crescente demanda por experiências personalizadas e acessíveis, mostrando um impacto positivo significativo na satisfação dos clientes e na comunidade local, especialmente ao integrar diferentes perfis e respeitar a diversidade, um diferencial importante no contexto atual.

Conclusão

A aula temática sobre culinária italiana atingiu seu objetivo ao estimular o interesse e engajamento dos participantes, criando uma atmosfera acolhedora e imersiva. A atividade integrou cultura, técnicas culinárias e organização de eventos, essenciais para o desenvolvimento profissional dos futuros nutricionistas. Além de aprimorar habilidades técnicas, a imersão na culinária italiana promoveu a inclusão, valorizando a diversidade cultural, garantindo acessibilidade no ambiente de

aprendizado e estimulando a igualdade no acesso ao aprendizado, preparando os alunos para atuar com competência e sensibilidade em diversos contextos da Nutrição.

Referências

OLIVEIRA, F.; et al. **Gastronomia italiana reimaginada: uma proposta interativa e inclusiva.** In: Anais do Congresso Brasileiro de Iniciação Científica. 2024. p. 60-64.

RAMIREZ, L.C.M. et al. **Gastronomia molecular na cozinha hospitalar.** in: ciência, cuidado e saúde: contextualizando saberes - volume 2. Editora Científica Digital, 2024. p. 43-59.