

Guião para a elaboração do projeto de estágio

Como referido no Regulamento de Estágios Profissionais e de Provas de Habilitação Profissional da Ordem dos Nutricionistas, pretende-se que este Guião contribua para “potenciar a qualidade dos estágios profissionais e a justiça das provas de habilitação”.

Deve ser entendido como a determinação de um conjunto de ações que visam:

- uma realização precisa,
- num contexto particular e
- no espaço de tempo determinado.

O projeto de estágio está associado a uma visão de futuro, ou seja, à imagem da situação ou estágio que se pretende atingir, o que implica durante o seu percurso, e por parte de quem o irá realizar, motivação e coerência.

A redação do projeto deve apresentar conteúdos e uma linguagem que revelem:

- **Consistência:** deve responder aos requisitos do estágio à Ordem dos Nutricionistas;
- **Originalidade:** deve ser desenvolvido especificamente para o caso particular, evitando o recurso a frases feitas;
- **Evidência científica:** deve respeitar o conhecimento e o método científicos;
- **Concisão:** deve relatar os aspetos de maior relevância no menor número possível de palavras;
- **Clareza:** deve ser compreendido pelos outros;
- **Encadeamento:** deve encadear as frases e os parágrafos de forma lógica;
- **Precisão:** deve evitar o uso de termos ambíguos;
- **Correção:** deve ser escrito corretamente, conforme as normas e regras de concordância da língua portuguesa (deve utilizar-se o modo verbal infinitivo, na 3ª pessoa do singular, mantendo-se esta concordância ao longo de todo o documento; por exemplo: **Aperfeiçoar** as competências de relacionamento interpessoal...).

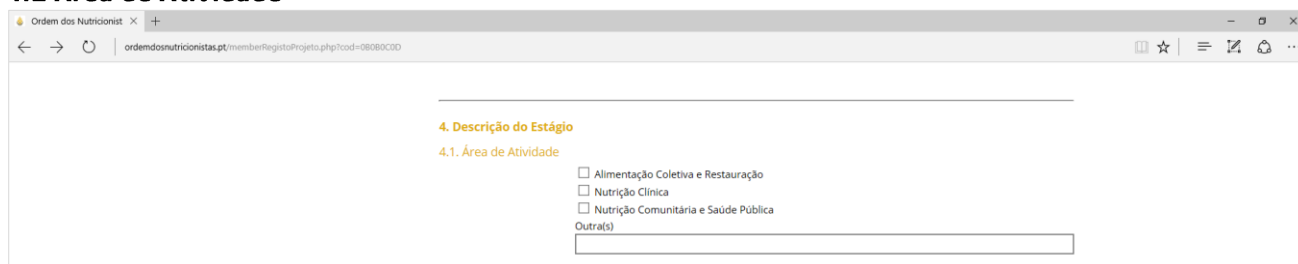
Comece por se inteirar, do modo mais aprofundado possível, do contexto, dos recursos e dos processos de atuação da sua Entidade Recetora. Formule um diagnóstico das necessidades e expectativas e do impacto positivo que a sua atuação deve intentar. De seguida, estabeleça os objetivos do seu estágio à Ordem. Na sua formulação considere que: a) deverão dar resposta ao estabelecido no Regulamento de Estágios; b) deverão considerar as necessidades e expectativas da Entidade Recetora; c) deverão alinhar-se com a (s) área (s) de atividade assinalada (s). Na elaboração e redação do projeto de estágio, deve recorrer a eventuais esclarecimentos junto do seu Orientador.

Idealmente, deverá promover-se uma reunião preparatória entre o responsável pela Entidade Recetora e o seu Orientador (e Coorientador, se aplicável), para que proceda à apresentação e análise do seu Projecto de Estágio, salvaguardando-se os requisitos necessários à sua boa prossecução.

Preenchimento do Projeto de Estágio - Formulário

No preenchimento dos seguintes pontos constantes do formulário do projeto de estágio, deve considerar as indicações seguintes:

4.1 Área de Atividade

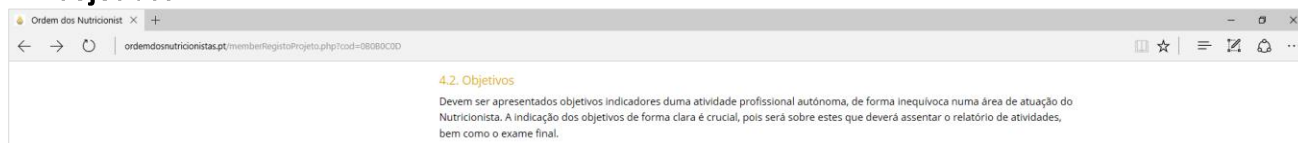


As áreas de atividade acima mencionadas correspondem às áreas de atribuição de especialidade previstas no Estatuto da Ordem dos Nutricionistas. Deve selecionar, no mínimo, uma das três áreas de atividade, definindo assim o contexto de atuação em que incidirá o seu projeto de estágio.

Se pretender acrescentar "outra", esta poderá apenas consistir num projeto de investigação específico que satisfaça os objetivos do estágio previstos no artigo 3º do Regulamento de Estágios e Provas de Habilitação Profissional.

Caso o seu estágio integre ações no âmbito de, por exemplo, nutrição no desporto, tecnologia alimentar, inovação, *marketing* alimentar, sustentabilidade alimentar, deve inseri-las na área de atividade que considere mais adequada face aos objetivos delineados.

4.2 Objetivos



Os objetivos do projeto de estágio devem enunciar os resultados que pretende alcançar, sendo diferenciados em dois níveis: objetivos gerais e objetivos específicos.

4.2.1 Objetivos gerais



Os objetivos gerais dispõem os resultados globais que se pretendem alcançar, referindo-se a saberes, competências, atitudes e valores.

O Regulamento de Estágios e Provas de Habilitação Profissional da Ordem dos Nutricionistas define, no seu **Artigo 3.º**, os objetivos gerais a alcançar com a realização do estágio: "Com a realização do estágio pretende-se que o nutricionista estagiário aplique, em contexto real de trabalho, os conhecimentos teóricos decorrentes da sua formação académica, desenvolva capacidade para resolver problemas concretos e adquira as competências e métodos de trabalho indispensáveis a um exercício competente e responsável da atividade das ciências da nutrição, designadamente nas suas vertentes técnica, científica, deontológica e de relacionamento interpessoal".

Os objetivos gerais do estágio profissional de acesso à profissão de nutricionista são transversais a todos os candidatos, pelo que deve adaptar os exemplos a seguir descritos ao seu local de estágio, acrescentando outros que considere pertinentes.

Exemplos de objetivos gerais a incluir no projeto de estágio:

1. Aplicar em contexto real de trabalho os conhecimentos na área das ciências da nutrição adquiridos na licenciatura;
2. Incrementar a capacidade para resolver problemas concretos;
3. Desenvolver competências e métodos de trabalho para um exercício profissional responsável;
4. Aperfeiçoar as competências de relacionamento interpessoal e de integração em equipas multidisciplinares;
5. Respeitar os princípios da ética e da deontologia inerentes à profissão de nutricionista;
6. ...
7. ...
8. ...

4.2.2 Objetivos Específicos



Os objetivos específicos são passos para que os objetivos gerais possam ser alcançados, isto é, devem ser capazes de mostrar as estratégias que serão utilizadas pelo estagiário.

Um objetivo específico relaciona-se com o resultado mensurável (ver exemplo de objetivos específicos na página seguinte) do desenvolvimento de uma atividade específica, num determinado período de tempo. Perante a atividade que se pretende desenvolver, o objetivo específico poderá ser encontrado através da resposta à pergunta “para quê?”

Na enunciação dos objetivos específicos, devem considerar-se os seguintes pressupostos:

- Para cada entidade recetora serem apresentados por área de atividade;
- Exibirem numeração contínua;
- Serem claros e concretos: com uma única interpretação possível;
- Serem pertinentes: coerentes com a sua finalidade;
- Serem exequíveis: alcançáveis de acordo com a exigência requerida;
- Serem mensuráveis: passíveis de avaliação e de determinação do seu nível de concretização.

Um objetivo corretamente definido deverá possibilitar a identificação de três componentes:

- Comportamento esperado;
- Condições de realização;
- Critérios de êxito.

O comportamento esperado diz respeito à ação que deverá ser realizada, tendo em vista a produção de um determinado resultado.

As condições de realização referem-se às condições colocadas ao dispor para a concretização do objetivo, podendo expressar:

- A amplitude do problema a resolver;
- O equipamento ou instrumentos a utilizar;
- O local de realização da atividade;
- Meios ou materiais;
- Exigências ou condições especiais.

Os critérios de êxito são referentes aos resultados que deverão ser atingidos para que o objetivo possa ser alcançado. Estes deverão ser expressos em termos de qualidade (critérios de qualidade ou precisão) ou de quantidade (critério de número; percentagem ou tempo). A avaliação será realizada com base nestes critérios.

Exemplo de apresentação de objetivos específicos para um projeto de estágio:

Entidade recetora 1

Nutrição Clínica

1. Melhorar o estado nutricional, aplicando intervenção nutricional, aos utentes referenciados no âmbito da consulta externa.
2. Avaliar o estado nutricional, através do método DEXA, a 50% dos doentes admitidos no período de estágio;

Alimentação coletiva e restauração

3. Diminuir o número de não conformidades em 5 unidades de restauração coletiva através da aplicação de uma lista de verificação.
4. Assegurar o equilíbrio nutricional do plano mensal de ementas de 8 unidades de restauração coletiva.

Entidade recetora 2

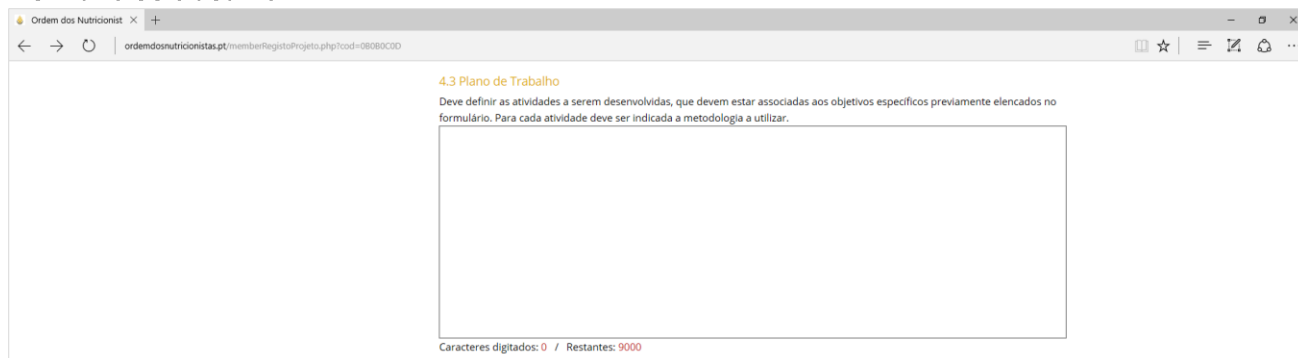
Nutrição comunitária e saúde pública

5. Promover a literacia em alimentação saudável dos sócios que frequentam o ginásio, através da realização de pelo menos 2 seminários.
6. Desenvolvimento da informação nutricional tendo em conta a legislação em vigor, de 10% dos produtos comercializados pela empresa.

Legenda:

Comportamento esperado | **Condição de realização** | **Critério de êxito**

4.3 Plano de trabalho



O plano de trabalho deve ser organizado de acordo com os objetivos específicos estabelecidos. Devem ser descritas as atividades e tarefas que serão realizadas para atingir cada objetivo específico, considerando-se que um bom planeamento se traduz numa efetiva melhoria dos resultados.

Tendo em conta os objetivos específicos acima indicados, coloca-se de seguida, um **exemplo para a estrutura** do respetivo desdobramento no Plano de Trabalho:

Entidade recetora 1

Nutrição Clínica

Objetivo 1

-
-
-

Objetivo 2

-
-

Alimentação coletiva e restauração

Objetivo 3

-
-
-

Objetivo 4

-
-
-
-

Entidade recetora 2

Nutrição comunitária e saúde pública

Objetivo 5

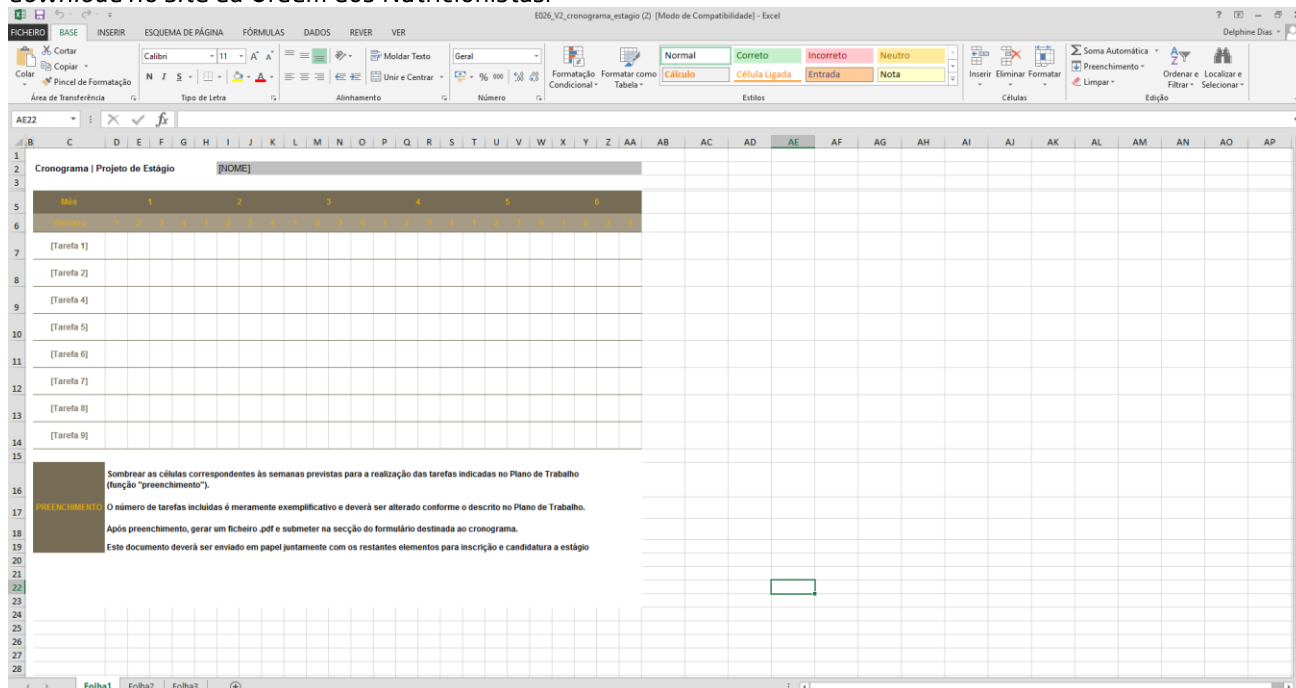
-
-
-

Objetivo 6

-
-
-

Cronograma

Deverá identificar todas as atividades apresentadas no Plano de Trabalho. Documento *Excel* disponível para *download* no *site* da Ordem dos Nutricionistas.



Projeto de Estágio [NOME]

Mês	1	2	3	4	5	6
Tarefa 1						
Tarefa 2						
Tarefa 4						
Tarefa 5						
Tarefa 6						
Tarefa 7						
Tarefa 8						
Tarefa 9						

PREENCHIMENTO

Sombrear as células correspondentes às semanas previstas para a realização das tarefas indicadas no Plano de Trabalho (função "preenchimento").

O número de tarefas incluídas é meramente exemplificativo e deverá ser alterado conforme o descrito no Plano de Trabalho.

Após preenchimento, gerar um ficheiro .pdf e submeter na secção do formulário destinada ao cronograma.

Este documento deverá ser enviado em papel juntamente com os restantes elementos para inscrição e candidatura a estágio.

Qualquer dúvida que subsista deve ser colocada ao Gabinete de Estágios da Ordem dos Nutricionistas, através do email: estagios@ordemdosnutricionistas.pt.