

GUIÃO OBJETIVOS DE ESTÁGIO

Pretende-se que este Guião contribua para uma correta seleção dos objetivos de estágio a serem apresentados no âmbito da candidatura a acesso à Ordem dos Nutricionistas.

Acesso à Ordem dos
Nutricionistas

INTRODUÇÃO

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

Na definição do projeto comece por se inteirar, do modo mais aprofundado possível, do contexto, dos recursos e dos processos de atuação da sua Entidade de estágio.

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, que deverão dar resposta ao estabelecido no Regulamento de Estágios, mas também considerar as necessidades e expectativas da Entidade.

Na elaboração e redação do projeto, deve recorrer a eventuais esclarecimentos junto do seu Orientador.

OBJETIVOS GERAIS DO ESTÁGIO

O Regulamento de Estágio 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 profissional do nutricionista, designadamente nas suas vertentes técnica, científica, deontológica e de relacionamento interpessoal”.

IMPORTÂNCIA DA DEFINIÇÃO DOS OBJETIVOS DE ESTÁGIO

Sem prejuízo de poder solicitar alteração de entidade, orientador, ou objetivos de estágio durante o período de estágio, deve definir os objetivos de estágio com a devida responsabilidade e coerência uma vez que:

1. Terá que demonstrar o cumprimento dos objetivos no relatório final de estágio.
2. No final do estágio o orientador remete o parecer final sobre o estágio do orientando.
3. Durante a apreciação oral do relatório de estágio, o júri irá formular ao candidato questões sobre temas constantes do relatório de forma a concluir se o candidato atingiu os objetivos.

PREENCHIMENTO DO FORMULÁRIO DO PROJETO DE ESTÁGIO

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

ÁREA DE ATIVIDADE

Deve escolher, no mínimo, uma das quatro áreas de atividade apresentadas.

Poderá selecionar a área da Nutrição Clínica, Nutrição Comunitária e Saúde Pública, Alimentação Coletiva e Restauração ou Investigação Científica definindo assim o contexto de atuação em que incidirá o seu projeto. 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, e de acordo com o parecer do seu orientador.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Antes de proceder à seleção dos seus objetivos específicos deve proceder à leitura atenta dos pressupostos existentes para a sua definição, bem como as especificidades de cada objetivo, sob pena do seu projeto de estágio não ser aprovado.

Alerta-se que a sua escolha deve ser refletida, uma vez que na redação do relatório final de estágio deve demonstrar um número ajustado e coerente de atividades, consultas, avaliações, documentos, pareceres, ao período de estágio realizado.

Na seleção dos objetivos específicos, devem considerar-se os seguintes **PRESSUPOSTOS**:

- 1- Independentemente do número de entidades, o projeto para os 6 meses de estágio deverá conter um mínimo de 5 objetivos e máximo de 12 objetivos específicos.
- 2- Se escolher apenas uma área de atividade deve apresentar pelo menos 5 objetivos específicos, e deverá selecionar necessariamente 3 dentre os 4 objetivos específicos obrigatórios existentes para essa área.
- 3- Se escolher mais que uma área de atividade, e uma vez que apenas poderá apresentar um máximo de 12 objetivos específicos, considere que, para cada área escolhida, deverá selecionar necessariamente 3 dentre os 4 objetivos específicos obrigatórios existentes para essa área.
- 4- Pode adicionar objetivos específicos que não estejam integrados na área de atividade selecionada, desde que cumpra o número máximo de 12 e mínimo de 5 objetivos.
- 5- Caso apresente mais que uma entidade e selecione apenas 1 área de atividade, poderá dividir os 5 objetivos específicos pré-determinados dessa área de atividade pelas entidades.

Apresentam-se de seguida os objetivos específicos pré-determinados para as áreas de atividade:

- Nutrição Comunitária e Saúde Pública (NCSP);
- Nutrição Clínica (NC);
- Alimentação Coletiva e Restauração (ACR);
- Investigação Científica (IC).

OBJETIVOS ESPECÍFICOS PARA A ÁREA DA NUTRIÇÃO COMUNITÁRIA E SAÚDE PÚBLICA (NCSP)

Objetivo NCSP1	Comportamento esperado	Condições de realização	Critério de êxito
Obrigatório	Intervir na avaliação e monitorização do risco alimentar e nutricional populacional	Através da participação numa atividade de avaliação e monitorização do risco para uma alimentação segura, sustentável e nutricionalmente adequada*	Pelo menos 1 atividade

*Podem ser considerados por exemplo emissão de pareceres, participação em consultas públicas ou em atividades que incluam reformulação de produtos alimentares, aplicação de taxas sobre alimentos e bebidas, orientações para rotulagem alimentar, análise da pegada ecológica dos alimentos, redução do desperdício alimentar, outros.

Objetivo NCSP2	Comportamento esperado	Condições de realização	Critério de êxito
Obrigatório	Intervir na análise de dados em saúde, de nível populacional	Através da informatização, análise estatística e crítica de dados no contexto das ciências da nutrição e alimentação*	Pelo menos 1 população específica

*No relatório de estágio (em anexo) deve ser apresentado o resumo da análise crítica efetuada (máximo 250 palavras).

Objetivo NCSP3	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Obrigatório	Intervir em projetos ou programas de Nutrição Comunitária e Saúde Pública	Através da participação num projeto/ programa de intervenção, na área da Nutrição Comunitária e/ou Saúde Pública	Pelo menos 1 projeto/ programa de intervenção

Objetivo NCSP4	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Obrigatório	Promover a literacia em alimentação e saúde	Através da produção de ferramentas/materiais de educação alimentar, formulados especificamente para grupos populacionais distintos e/ou através da realização sessões de educação alimentar dirigida a grupos populacionais distintos	Pelo menos 2 grupos populacionais distintos

Objetivo NCSP5	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Facultativo	Promover ambientes alimentares saudáveis	Através da análise da oferta alimentar*	Pelo menos em 1 contexto específico

*Podem ser considerados por exemplo em vending machines, ou em bares de locais públicos) e emissão de parecer técnico, para a adequação da mesma, em pelo menos x contextos específicos (escolas, hospitais, IPSS, autarquias, ACeS, outros).

Objetivo NCSP6	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Facultativo	Intervir na avaliação do estado nutricional de uma população	Através da avaliação antropométrica, alimentar e nutricional de um grupo populacional específico	Pelo menos 1 grupo populacional específico

Objetivo NCSP7	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Facultativo	Identificar o padrão alimentar de uma população	Através da avaliação do consumo alimentar de um grupo populacional específico	Pelo menos 1 grupo populacional específico

Objetivo NCSP8	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Facultativo	Capacitar grupos profissionais distintos na área das ciências da nutrição e alimentação	Através da realização de sessões de formação dirigidas a um grupo profissional (profissionais de saúde, professores, manipuladores de alimentos, outros)	Pelo menos 1 sessão de formação

Objetivo NCSP9	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Facultativo	Promover a discussão científica na área da Nutrição Comunitária e Saúde Pública	Através da apresentação/discussão em reunião científica e/ou publicação em revista indexada, de um projeto ou programa de Nutrição Comunitária e Saúde Pública, ou de uma revisão bibliográfica neste âmbito	Pelo menos 1 apresentação / publicação*

*No relatório de estágio (em anexo) deve ser apresentada o resumo da apresentação efetuada (máximo 250 palavras).

Objetivo NCSP10	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Facultativo	Aperfeiçoar as competências técnicas/científicas	Através da frequência de evento científico ou curso de atualização na área da Nutrição Comunitária e Saúde Pública	Pelo menos 1 evento/curso na área da Nutrição Comunitária e Saúde Pública*

* No relatório de estágio (em anexo) deve ser apresentado o resumo do evento científico (máximo 250 palavras).

OBJETIVOS ESPECÍFICOS PARA A ÁREA DA NUTRIÇÃO CLÍNICA (NC)

Objetivo NC1	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Obrigatório	Realizar consulta de nutrição	Consulta realizada de acordo com os instrumentos científicos e técnicos adequados ao rigor exigido na prática da profissão, desenvolvendo uma prática informada e conduzida pela evidência científica*	Número de consultas de nutrição (definido pelo orientador de acordo com a realidade do local de estágio) **

*Uma consulta deve contemplar avaliação da composição corporal (antropometria ou BIA): peso e estatura (reais, reportados ou estimados de acordo com a situação clínica), perímetros; avaliação da ingestão alimentar; diagnóstico nutricional; objetivos da intervenção nutricional; tipos de intervenção alimentar e/ou nutricional (educação nutricional, prescrição de plano alimentar e/ou nutricional estruturado e/ou aconselhamento alimentar) e respetiva monitorização ou recomendações para alterações sempre que se justifique.

**O número de consultas aplica-se a 6 meses de estágio, e deve ser devidamente adaptado e coerente com o número de meses de estágio realizados nesta área.

Objetivo NC2	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Obrigatório	Intervir na análise de dados em saúde	Através da realização de análise crítica dos resultados obtidos nas intervenções alimentares/nutricionais efetuadas	A análise deve contemplar 2 momentos da avaliação da composição corporal/antropométrica, da avaliação da ingestão alimentar, do diagnóstico nutricional e dos tipos de intervenção alimentar e/ou nutricional *

*No relatório de estágio deve ser apresentado em anexo o resumo da análise crítica (máximo 250 palavras, incluindo gráficos ou tabelas).

Objetivo NC3	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Obrigatório	Promover a discussão científica na área das ciências da nutrição e alimentação	Através da apresentação de caso clínico ou revisão bibliográfica em reunião científica ou ação de formação para profissionais de saúde (além do orientador)	Pelo menos 1 caso clínico ou 1 revisão bibliográfica em reunião científica ou 1 ação de formação para profissionais de saúde *

*No relatório de estágio deve ser apresentado em anexo o resumo (máximo 250 palavras) de pelo menos um caso clínico ou revisão bibliográfica e a quem se dirigiu.

Objetivo NC4	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Obrigatório	Potenciar os resultados da educação alimentar	Através da elaboração de materiais de apoio à consulta de nutrição sobre uma patologia específica ou orientações alimentares de alta em função da patologia/procedimento a que o doente foi submetido e/ou pelo desenvolvimento de conteúdos científicos para websites e redes sociais	Pelo menos 1 material elaborado e deve estar anexo ao relatório *

* O material de apoio à consulta deve ser elaborado de acordo com a evidência científica atual (por exemplo *guidelines* ESPEN, ESPGHAN, ASPEN, ADA) e com a inclusão de referências a entidades fidedignas (website de associações representantes de doentes, associações e sociedades científicas) de forma a capacitar o utente para a autogestão da doença.

Objetivo NC5	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Facultativo	Realizar avaliação do estado nutricional em contexto de internamento	Consulta realizada de acordo com os instrumentos científicos e técnicos adequados ao rigor exigido na prática da profissão, desenvolvendo uma prática informada e conduzida pela evidência científica *	Número de consultas de nutrição (definido pelo orientador de acordo com a realidade do local de estágio) **

*Uma consulta deve contemplar avaliação da composição corporal (antropometria ou BIA): peso e estatura (reais, reportados ou estimados de acordo com a situação clínica), perímetros; avaliação da ingestão alimentar; diagnóstico nutricional; objetivos da intervenção nutricional; tipos de intervenção alimentar e/ou nutricional (educação nutricional, prescrição de plano alimentar e/ou nutricional estruturado e/ou aconselhamento alimentar) e respetiva monitorização ou recomendações para alterações sempre que se justifique.

**O número de consultas aplica-se a 6 meses de estágio, e deve ser devidamente adaptado e coerente com o número de meses de estágio realizados nesta área.

Objetivo NC6	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Facultativo	Identificar o risco nutricional	Através da aplicação de ferramenta (s) de identificação do risco nutricional a um número mínimo de indivíduos em internamento, e/ou consulta externa e/ou domicílio	Amostra significativa no âmbito do estágio (definido pelo orientador de acordo com a realidade do local de estágio) *

*O número de indivíduos deve ser ajustado e coerente com o período de estágio realizado nesse âmbito.

Objetivo NC7	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Facultativo	Aperfeiçoar as competências técnicas/científicas	Através da frequência de pelo evento científico ou curso de atualização na área da nutrição clínica promovido por entidades reconhecidas pela comunidade científica	Pelo menos 1 evento científico ou curso de atualização*

*Apresentar o resumo (no máximo 250 palavras) de pelo menos um evento científico. Este resumo pode ser apresentado em anexo ao relatório.

OBJETIVOS PARA A ÁREA DA ALIMENTAÇÃO COLETIVA E RESTAURAÇÃO (ACR)

Objetivo ACR1	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Obrigatório	Contribuir para a boa gestão do sistema de produção de refeições existente na entidade recetora	Através da identificação/ avaliação e intervenção de oportunidades de melhoria no processo de gestão do sistema de produção de refeições (gestão de custos, de matérias primas, de equipamentos, de recursos humanos, de energia e de ambiente, etc.)	Pelo menos 2 oportunidades de intervenção/ melhoria*

*Apresentar o resumo da análise intervenção / melhoria realizada (máximo 250 palavras, incluindo gráficos ou tabelas). Este resumo pode ser apresentado em anexo ao relatório.

Objetivo ACR2	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Obrigatório	Assegurar a adequação da oferta alimentar	Através da elaboração/ revisão/ avaliação do plano de ementas, fichas técnicas e respetivas capitações tendo em conta as linhas de orientação nutricional, os recursos disponíveis e o meio ambiente sociocultural e princípios de sustentabilidade, a evidência científica, legislação e referenciais relativos às necessidades nutricionais de grupos	De um número mínimo de semanas de ementas e/ou Fichas Técnicas*

*O número mínimo de semanas de ementas e/ou Fichas Técnicas analisadas deve ser coerente e ajustado ao período de estágio correspondente.

No relatório de estágio deve ser apresentado (em anexo) o plano de ementas / exemplos de fichas técnicas realizadas (máximo 250 palavras, incluindo gráficos ou tabelas).

Objetivo ACR3	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Obrigatório	Garantir a segurança da oferta alimentar	Através da avaliação/ verificação/ adaptação/ desenvolvimento/ alteração do programa de pré-requisitos e do sistema HACCP implementado, ou o seu planeamento e implementação quando não exista	Em pelo menos 1 unidade incluída no âmbito do estágio

Objetivo ACR4	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Obrigatório	Contribuir para a redução do número de não conformidades identificadas em auditorias	Através de verificações sistematizadas e implementação de ações corretivas	Realizar um mínimo de verificações durante o período de estágio nas unidades incluídas no âmbito do estágio*

*Apresentar um exemplo de PAC elaborado e sua monitorização (máximo 250 palavras, incluindo gráficos ou tabelas). Este resumo pode ser apresentado em anexo ao relatório.

O número mínimo de verificações deve ser ajustado e coerente com o período de estágio realizado nesse âmbito.

Objetivo ACR5	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Facultativo	Promover a literacia em segurança alimentar/ nutrição/ dietética/ comportamento (ou outras que se considerem adequadas no âmbito da entidade recetora e das atribuições de um nutricionista); e/ou Aumentar a conformidade de execução de tarefas operacionais previstas no sistema de produção de refeições	Através da realização de formação, segundo o modelo da certificação de competências pedagógicas de formador e/ou do uso de Modelo de Formação On the Job	Num número mínimo de horas durante o período de estágio*

*O número mínimo de horas de formação deve ser ajustado e coerente com o período de estágio realizado nesse âmbito.

Objetivo ACR6	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Facultativo	Avaliar a satisfação dos clientes e/ou consumidores	Através da realização de p. ex. inquérito, análise de reclamações e/ou elogios, cálculo do desperdício alimentar, ...	Com apresentação de análise documental de avaliação crítica de medidas a implementar de pelo menos 1 ação de avaliação de satisfação*

*Apresentar o resumo da ação realizada (máximo 250 palavras, incluindo gráficos ou tabelas). Este resumo pode ser apresentado em anexo ao relatório.

Objetivo ACR7	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Facultativo	Fomentar a cooperação da entidade recetora com entidades externas e partes interessadas	Através do desenvolvimento de protocolos e de atividades cooperativas com outros sectores da entidade recetora, fornecedores, subcontratados, comunidade, autoridades ou entidades oficiais*	Conceção e planificação/ concretização de pelo menos 1 ação

*Promover ações partilhadas com entidades reconhecidas e impactantes nas áreas de ação da organização, ex. Instituições de ensino, APN, Fundação Portuguesa de Cardiologia, etc.

Objetivo ACR8	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Facultativo	Promover o desenvolvimento e implementação de ações na área da sustentabilidade alimentar	Através da avaliação de todo o processo de gestão e suas influências, e desenvolvimento de sugestões para sustentabilidade alimentar na área de ação da empresa recetora e/ou seus parceiros	Apresentação de pelo menos 1 ação adequada à entidade recetora *

*Apresentar o resumo da ação realizada (máximo 250 palavras, incluindo gráficos ou tabelas). Este resumo pode ser apresentado em anexo ao relatório.

Objetivo ACR9	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Facultativo	Aperfeiçoar as competências técnicas/ científicas	Através da frequência de evento científico ou curso de atualização, promovido por entidades reconhecidas na área	Presença em pelo menos 1 evento científico ou curso

OBJETIVOS PARA A ÁREA DA INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA (IC)

Objetivo IC1	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Obrigatório	Participar no planeamento de um projeto de investigação	Através da execução metodológica	De pelo menos 1 protocolo metodológico OU/ De pelo menos 1 instrumento de recolha de dados

Objetivo IC2	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Obrigatório	Participar na recolha de dados de um projeto de investigação	Através da recolha de dados	Número mínimo de entrevistas/inquéritos/análises laboratoriais*

*O número de entrevistas/inquéritos/análises laboratoriais deve ser ajustado e coerente com o período de estágio realizado neste âmbito.

Objetivo IC3	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Obrigatório	Participar na análise de dados obtidos de um projeto de investigação	Através da codificação e/ou informatização Através da análise estatística de dados	Número mínimo de entrevistas/inquéritos/análises laboratoriais codificados, informatizados* Pelo menos 1 representação gráfica dos resultados

*O número mínimo de entrevistas/inquéritos/análises laboratoriais deve ser ajustado e coerente com o período de estágio realizado neste âmbito.

Objetivo IC4	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Obrigatório	Participar na disseminação do conhecimento científico decorrente de um projeto de investigação, à comunidade científica	Através de apresentação oral como autor/co-autor em reunião de equipa * Através da apresentação como autor/co-autor de trabalho (comunicação por convite ou comunicação autoproposta (oral ou poster)) em evento científico Através da produção como autor/co-autor de artigo científico (artigo original ou revisão de literatura)	Pelo menos 1 apresentação oral para a equipa de trabalho/grupo de investigação Pelo menos 1 trabalho em evento científico (exemplo: congresso científico, jornadas científicas, etc.) * Pelo menos 1 artigo científico submetido a revista peer reviewed (nacional ou internacional) **

*Exemplo: Journal club, Lab meetings, Clinical cases.

**Deve fazer prova de abstract ou resumo submetido e da sua aceitação por parte do evento científico (por ex. e-mail de confirmação).

Objetivo IC5	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Facultativo	Participar na disseminação do conhecimento científico decorrente de um projeto de investigação, à população em geral	Através da produção escrita ou de meios audiovisuais para a comunidade (conteúdo para social media)	Pelo menos 1 produção escrita ou 1 meio audiovisual

Objetivo IC6	<i>Comportamento esperado</i>	<i>Condições de realização</i>	<i>Critério de êxito</i>
Obrigatório	Aperfeiçoar as competências técnicas/científicas	Através da frequência de evento científico ou curso de atualização (exemplo: cursos de atualização profissional, estatística, biologia molecular e celular, ciências de animais de laboratório, epidemiologia, avaliação nutricional, etc.)	Pelo menos 1 evento científico ou 1 curso de atualização (frequentado com aprovação)

Qualquer dúvida que subsista deve ser colocada ao Departamento de Acesso à Profissão da Ordem dos Nutricionistas, através do email: acesso.profissao@ordemdosnutricionistas.pt.