

O papel do profissional da Nutrição na indústria hoteleira- uma abordagem no empreendimento H2otel

Elisabeth Jerónimo dos Santos

Dissertação apresentada ao Instituto Politécnico de Castelo Branco para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Licenciado em Nutrição Humana e Qualidade Alimentar.

Orientador Interno: Mestre Dina Raquel Fernandes João
Orientador Externo: Doutora Odete Oliveira Proença

Agradecimentos

Em primeiro, lugar quero agradecer à Dra. Dina João por toda a disponibilidade e ajuda em coordenar este estágio.

À Dra. Odete Oliveira, por ter aceite este estágio e por toda a disponibilidade que demonstrou nestes três meses.

A todos os trabalhadores do H2otel-*Congress & Medical Spa* que sempre estiveram prontos a ajudar-me durante o período de estágio.

Aos meus pais, irmão, amigos e ao Sr. Ricardo Ribeiro, que sem eles nunca teria chegado até aqui.

A todos muito obrigada!

Palavras chave: Ementas; casos clínicos; consultas; auditoria; *Medical Spa*

Resumo

O presente relatório descreve todas as atividades realizadas e desenvolvidas durante o estágio final da licenciatura em Nutrição Humana e Qualidade Alimentar, o qual decorreu no H2otel- *Congress & Medical Spa*, situado na vila de Unhais da Serra, tendo como objetivo estudar o papel do Profissional da Nutrição na indústria hoteleira.

As atividades desenvolvidas no empreendimento consistiram na elaboração de ementas específicas para hóspedes com situações clínicas que exigiram uma abordagem individualizada, bem como a posterior análise nutricional das ementas elaboradas, o acompanhamento de auditorias, o acompanhamento de todo o circuito dos alimentos que passam pelo empreendimento, a elaboração de acrílicos de alimentos para o *buffet* do hotel, a participação em consultas e a participação no programa de emagrecimento do *Medical Spa*.

Em conclusão, o trabalho de um profissional de Nutrição é transversal a todo o empreendimento e de extrema importância para toda a qualidade dos serviços prestados por uma unidade hoteleira, bem como pela variedade de serviços que poderão ser apresentados aos clientes.

Keywords: Menus; clinical cases; consultations; audits; *Medical Spa*

Abstract

This report describes all the activities carried out and developed during the final stage of the degree in Human Nutrition and Food Quality, which took place in H2otel- *Congress& Medical Spa*, located in the village of Unhais, in order to study the role of Professional Nutrition activities in the hotel industry.

The activities developed in the project consisted in preparing menus for guests with specific clinical situations requiring an individualized approach, and the subsequent nutritional analysis of menus drawn up, the follow-up audits, monitoring of the entire circuit of food passing by the project, the preparation of acrylic food for the buffet the hotel's participation in consultations and participation in weight-loss program at the Medical Spa

In conclusion, the work of a professional nutrition is across the entire enterprise and all of extreme importance to the quality of services provided by a hotel, as well as the variety of services that may be presented to customers.

Índice geral

Índice de Abreviaturas	vii
Introdução e objetivos	1
Atividades desenvolvidas	3
1.Descrição do local de estágio - H2otel- <i>Congress&MedicalSpa</i>	3
2.Apresentação das atividades desenvolvidas e fundamentação teórica	4
2.1.Elaboração de ementas - <i>Guidelines</i>	4
2.1.1. Fatores a considerar	4
2.1.2. Leis da Alimentação	5
2.1.3. Etapas para a elaboração de um plano de ementas	6
2.2.Acompanhamento de casos clínicos tratados no empreendimento H2otel -	8
2.2.1. Cliente vegetariano	8
2.2.1.1. O Vegetarianismo	8
2.2.1.2. Alimentação no Vegetarianismo	8
2.2.1.3. Caso clínico	10
2.2.2. Desportista	10
2.2.2.1. Alimentação no Desporto	10
2.2.2.3. Apresentação do caso	13
2.2.3. Dieta Macrobiótica	14
2.2.3.1. Especificações nutricionais da dieta macrobiótica	14
2.2.3.2. Apresentação do caso	14
2.2.4. Acompanhamento de cliente anteriormente submetido a uma	
cirurgia de redução gástrica	15
2.2.4.1. Alimentação e nutrição nas cirurgias de redução gástrica	
.....	15
2.2.4.2. Apresentação do caso	16
2.2.5. Acompanhamento na alimentação na Diabetes tipo 1	16
2.2.5.1. Alimentação na Diabetes	17
2.2.5.2.Apresentação do caso e plano prescrito	18
2.3. Outras atividades desenvolvidas	18
2.3.1. Auditorias	18
2.3.2. Acompanhamento do circuito dos alimentos no H2otel-	
<i>Congress & Medical Spa</i>	19
2.3.3. Participação nas consultas de Nutrição	19
2.3.4.Programa de <i>Medical Spa</i> de 7 dias - Aplicação a um cliente	
(observação de consulta realizada)	20
Análise Crítica	22
1. Elaboração de Ementas - <i>Guidelines</i>	22
2. Acompanhamento de casos clínicos tratados no empreendimento H2otel	23
2.1. Cliente Ovolatovegetariano	23

2.2. Desportista	24
2.3. Macrobiótica	24
2.4. <i>Sleeve</i>	24
2.5. Diabetes <i>mellitus</i> tipo 1	25
3. Outras atividades desenvolvidas	26
3.1. Auditorias	26
3.2. Acompanhamento do circuito dos alimentos no H2otel	26
3.3. Participação nas consultas de Nutrição	26
3.4. Programa de <i>Medical Spa</i> de 7 dias - Aplicação a um cliente (observação de consulta realizada)	27
Conclusão	28
Referências Bibliográficas	29
Anexos	
Anexo 1: Acrílicos de Identificação de Alimentos	
Anexo 2: Programa de Emagrecimento <i>Medical Spa</i>	
Anexo 3: Plano Ovolatovegetariano e Valor Nutricional do Plano	
Anexo 4: Classificação do Índice de Massa Corporal (IMC)	
Anexo 5: Ementa Semanal do SCC e Valor Nutricional da Ementa	
Anexo 6: Pirâmide Nutricional do Macrobiótico; Ementa Macrobiótica do Casamento e Valor Nutricional da Ementa	
Anexo 7: Ementa <i>Sleeve</i> e Valor Nutricional da Ementa; Dieta Líquida	
Anexo 8: Ementa Criança Diabética Tipo 1 e Valor Nutricional da Ementa	
Anexo 9: Check- list de Controlo de Boas Práticas de Fabrico e Higiene	
Anexo 10: Ementas Semanais	

Índice de abreviaturas

DRI's - *Dietary Reference Intakes*

F&B - *Food and Beverage Manager*

HACCP - Hazard Analysis and Critical Points

IMC - Índice de Massa Corporal

NAF - Nível de Actividade Física

OMS - Organização Mundial da Saúde

PCC - Pontos Criticos de Controlo

TEE - *Total energyexpenditure* (Dispêndio Energético)

TMB - Taxa de Metabolismo Basal

VET - Valor Energético Total

