

1. ROTEIRO CAPACITAÇÃO

Aplicação do teste inicial • Objetivo: Identificar o conhecimento inicial das(os) merendeiras(os) • Tempo realização do questionário: 45 minutos • Organizar as merendeiras nas cadeiras e entregar os questionários e canetas • Recolher as canetas no final
Início da 1ª Capacitação • Objetivo: Entender sobre o PNAE e atribuições da(o) merendeira(o) • Tempo: 20 minutos
• Slide 1: PNAE • Slide 2: “O que é PNAE” • Slide 3: “Objetivos” ▪ Slide 4 e 5: “Diretrizes” e “Promoção da alimentação saudável” ▪ Slide 6: “Necessidades nutricionais a serem atendidas” ▪ Slide 7: “O que é alimentação escolar e clientela do PNAE” ▪ Slide 8: “Valor por refeição” ▪ Slide 9: “Atribuições da merendeira” ▪ Perguntar para as merendeiras quais são suas atribuições • Slide 10 e 11: “Papel da merendeira” • Slide 12 e 13: Referências e final
Início da 2ª Capacitação • Objetivo: Capacitar as(os) merendeiras(os) sobre as boas práticas de fabricação • Tempo: 2 horas
• Slide 1: BOAS PRÁTICAS DE FABRICAÇÃO • Slide 2: “O que são DTA’S” • Slide 3: “O que é contaminação de alimentos” • Slide 4: “O que são microrganismos” • Slide 5: “Onde podem ser encontrados”

- Perguntar das merendeiras onde os microrganismos podem ser encontrados
- Slide 6: Vídeo: O espirro(3 min)
- Slide 7: Vídeo sobre formigas (43 seg)
 - Perguntar para as(os) merendeiras(os) após o vídeo: Pode comer a comida que a formiga passou?
- Slide 8 a 13: Imagens de análise de objetos contaminados
- Slide 14: “Como os microrganismos se multiplicam”
- Slide 15: Vídeo sobre condições de multiplicação de microrganismos (1m52s)
- Slide 16: “Como armazenar alimentos”
 - Perguntar quem acertou essa questão do questionário aplicado no início
- Slide 17: Vídeo sobre armazenamento de alimentos (42seg)
- Slide 18: Dinâmica
- Objetivos: Tornar possível a visualização de erros cometidos no dia-a-dia pelas merendeiras e identificar o seu conhecimento sobre os próprios erros cometidos e os corrigir.
- Desenvolvimento: As encenações devem ser pausadas para que as merendeiras possam tomar nota sobre os erros cometidos durante a encenação. Após a realização das encenações questionar os erros visualizados.
- Tempo: 30 minutos
- Encenação 1: Recebimento de gêneros alimentícios
- Tempo: 5 minutos

Anthony e Ediane entram para encenar representando merendeiras

Anthony: - Hoje é dia de recebimento de carnes e de produtos perecíveis.

Ediane: - É verdade. Temos que arrumar tudo!

Narrador (Carla): *As caixas de carne chegam primeiro. Ediane vê a data de validade presente do lado de fora da caixa e assina a nota fiscal. Em seguida olha a caixa de frutas.*

Ediane: Esse mamão veio mofado. O que a gente faz?

Anthony: A gente pode cortar a parte mofada e usar. Então, estava achando a dispensa suja. Acho melhor a gente limpar as prateleiras antes de guardar tudo.

Ediane: - Concordo a carne está geladinha ainda.

Narrador (Carla): *As merendeiras levam mais de 30 minutos para arrumar e limpar a despensa e depois guardam as carnes.*

- **Slide 19: “Análise da dinâmica”**
- **Perguntar das merendeiras os erros visualizados na encenação.**
- **Tempo: 5 minutos**

- **Slide 20: Dinâmica**
- **Encenação 2: Armazenamento de alimentos**
- **Tempo: 5 minutos**

Anthony e Ediane entram para encenar representando merendeiras

Anthony e Ediane preparam uma salada.

Ediane: - Vou lá pegar a lata de milho para colocar na salada.

Narrador: *Ediane vai a despensa e percebe que tem 4 latas. Uma lata venceu no dia anterior, mas está em perfeito estado. Ela volta para a cozinha e pergunta:*

Ediane: - Ei, essa lata aqui venceu ontem. Será que tem problema a gente usar?

Anthony: - Ah! Acho que não! Lá em casa eu uso e ninguém morreu até hoje. Abre aí e vê como está!

*Ediane***abre a lata e diz:** *Está normal. Vamos usar!*

Anthony: - Está muito quente né? Vou colocar a salada um pouquinho no congelador de carnes pra gelar mais rápido!

Ediane: - Isso! As crianças gostam dela bem geladinha!

Narrador (Carla): Depois de servir o almoço, Anthony percebe que sobrou salada e diz:

Anthony: - Vamos guardar para amanhã um pouco de salada?

Ediane: - Guarda sim! Tanta gente passando fome e a gente vai ficar jogando comida fora?

Anthony: - Vou guardar naquela geladeira que nós colocamos as carnes para descongelar.

Ediane: - Falando nisso! Tira a carne da geladeira e coloca em uma bacia com água. Amanhã tem que fazer frango ensopado e a gente não colocou pra descongelar!

Anthony: - Ahh! Mas não tem problema não descongela rapidinho!

- **Slide 21: “Análise da dinâmica”**
- **Perguntar das merendeiras os erros visualizados na encenação.**
- **Tempo: 5 minutos**

- **Slide 22: Dinâmica**
- **Encenação 3: Higiene pessoal**
- **Tempo: 5 minutos**

Anthony e Ediane entram para encenar representando merendeiras

Anthony entra na cozinha e começa a falar com Ediane sobre o cardápio do dia:

Anthony: - Hoje é salada de cenoura ralada com milho não é isso? (chegando no trabalho com mochila nas costas e roupa normal)

Ediane: - Sim! Já higienizei as cenouras e só falta descascar (Ediane já trabalhando com uniforme completo)

Anthony: - Ok! Vou colocar meu uniforme.

Narrador (Carla): O merendeiro vai até o banheiro e troca de roupa

*Anthony coloca uma calça, uma blusa, o jaleco e a touca. E volta para cozinha.
(Deve estar com a touca mal colocada e relógio).*

***Narrador (Carla): Voltando para cozinha o merendeiro começa a ralar a cenoura.
(Anthony lava as mãos rapidamente sem usar sabonete líquido)***

Anthony: - Você acredita que eu peguei o ônibus hoje lotado. Tive que me segurar muito naquele ferro.

Ediane: - Tá muito difícil vir trabalhar! O engarrafamento está horrível! (trabalhar a questão da conversa durante a manipulação dos alimentos).

- **Slide 23: “Análise da dinâmica”**
- **Perguntar das merendeiras os erros visualizados na encenação.**
- **Tempo: 5 minutos**

- **Slide 24: “Higiene pessoal e área de trabalho”**
- **Slide 25: Vídeo sobre chegada na área de trabalho (1m5s)**
- **Slide 26: “EPI’S”**
- **Slide 27: “Vídeo sobre visitantes na cozinha” (1m23s)**
- **Slide 28: “Lavagem das mãos – Quando lavar?”**
 - **Perguntar a opinião das merendeiras**
- **Slide 29: “Passo a passo da lavagem das mãos”**
 - **Pedir para as merendeiras simularem o passo a passo da lavagem das mãos**
- **Slide 30: Imagem das áreas das mãos**
- **Slide 31: “Equipamentos e utensílios”**
- **Slide 32: “Contaminação cruzada”**
- **Slide 33: Exemplo de contaminação**
- **Slide 34: “Como higienizar os alimentos?”**
 - **Perguntar das merendeiras a diferença de limpeza e desinfecção**
- **Slide 35: Slide de transição “Como higienizar frutas e verduras?”**

- **Slide 36: “Etapas da higienização dos hortifrutis**
 - **Perguntar das merendeiras as etapas**
- **Slide 37: “Solução clorada”**
- **Slide 38: Vídeo sobre a copa (1m57s)**
 - **Pedir para as merendeiras irem anotando os erros encontrados no vídeo**
- **Slide 39: Vídeo identificando os erros (1m56s)**
 - **Ir assinalando o que as(os) merendeiras (os) acertaram**
 - **Uniforme incompleto**
 - **Unhas grandes e pintadas**
 - **Maquiagem**
 - **Touca mal colocada**
 - **Descongelamento em temperatura ambiente**
 - **Corte na mão**
 - **Resfriamento**
 - **Não protegeu o corte**
 - **Usou a mesma tábua de corte**
 - **Temperatura de conservação 5°**
- **Slide 40: Vídeo extra “Cuidados na cozinha” (27s)**
- **Slide 41: Finalização da capacitação**

Início 4ª capacitação

- **Objetivo: Abordar os temas alimentação saudável e noções básicas de nutrição**
 - **Tempo: 1h30min**
-
- **Slide 1: Alimentação saudável e noções básicas de nutrição**
 - **Slide 2: “O que é alimento?”**
 - **Slide 3: “O que é nutriente?”**
 - **Slide 4: “Macro e micronutrientes”**
 - **Slide 5: “Função dos alimentos: construtores”**
 - **Slide 6: “Função dos alimentos: energéticos”**
 - **Slide 7: Tipos de gorduras**

- Slide 8: Função dos alimentos: reguladores”
- Slide 9: “Classificação dos alimentos: *in natura*”
 - Mostrar exemplos
- Slide 10: “Classificação dos alimentos: minimamente processados”
 - Mostrar exemplos
- Slide 11: “Classificação dos alimentos: processados”
 - Mostrar exemplos
- Slide 12: “Classificação dos alimentos: ultraprocessados”
 - Mostrar exemplos
- Slide 13: Exemplo de alimentos com sódio
- Slide 14: Perfil nutricional desequilibrado
- Slide 15: Rendimento escolar -> alimentação
- Slide 16: “Consequências da deficiência de ferro”
- Slide 17: “Alimentos fonte de ferro: Ferro Heme”
- Slide 18: “Alimentos fonte de ferro: Ferro não heme”
- Slide 19: “Hipovitaminose A”
- Slide 20: Exemplos alimentos fonte de vitamina A
- Slide 21: Obesidade
- Slide 22: Exemplo de alimentação

- Slide 23: DINÂMICA
- Objetivo: Analisar se as(os) merendeiras(os) sabem identificar os grupos dos alimentos. A dinâmica é realizada em grupos, onde cada grupo recebe um cartaz com os seguintes grupos: cereais, derivados e tubérculos; hortaliças e verduras; frutas; laticínios; carne, ovos e pescado; leguminosas; gorduras e óleos; oleaginosas. Cada grupo também recebe várias imagens de alimentos variados para então colocar no grupo certo.
- Tempo: 30 minutos para realização de cada etapa
 - Organizar as merendeiras nos grupos
 - Entregar os papéis da dinâmica e fita adesiva
- Slide 24 a 32: Respostas da dinâmica
 - Analisar as respostas que cada grupo colocou

▪ **Tempo: 30 minutos**

- **Slide 33: Recomendações nutricionais**
- **Slide 34: Finalização**

Aplicação do teste final

- **Objetivo: Identificar o conhecimento adquirido pelas(os) merendeiras(os) após as capacitações**
- **Tempo realização do questionário: 45 minutos**