

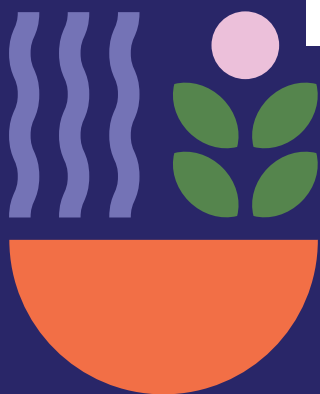


FOOD ECO-CULTURE EDU

Connecting Disciplines in European Higher Academia



CONCEÇÃO DO CURRÍCULO



Co-funded by
the European Union

www.foodecocultureedu.eu

ÍNDICE



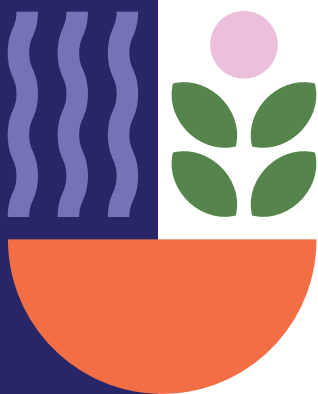
- 01 [Introdução](#)
- 02 [Por que é que este currículo é importante?](#)
- 03 [Objetivos do Currículo](#)
- 04 [Resumo](#)
- 05 [Módulos](#)
- 06 [Competências](#)
- 07 [Referências](#)



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



This license requires that reusers give credit to the creator. It allows reusers to distribute, remix, adapt, and build upon the material in any medium or format, even for commercial purposes. If others remix, adapt, or build upon the material, they must license the modified material under identical terms.



01

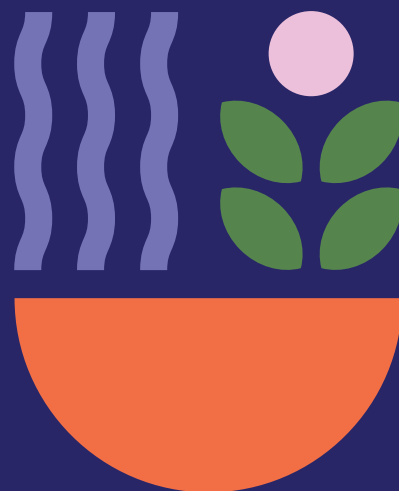
INTRODUÇÃO



LIGAR DISCIPLINAS

NO ENSINO SUPERIOR

EUROPEU



A **Educação para a Eco-Cultura Alimentar (FECE)** é um projeto europeu do programa Erasmus+ no domínio do ensino superior que responde aos principais desafios que afetam atualmente o setor alimentar e hoteleiro, incluindo:

- **escassez de competências,**
- **elevada rotatividade de pessoal e**
- **pressão crescente para abordar questões de sustentabilidade ambiental e social.**

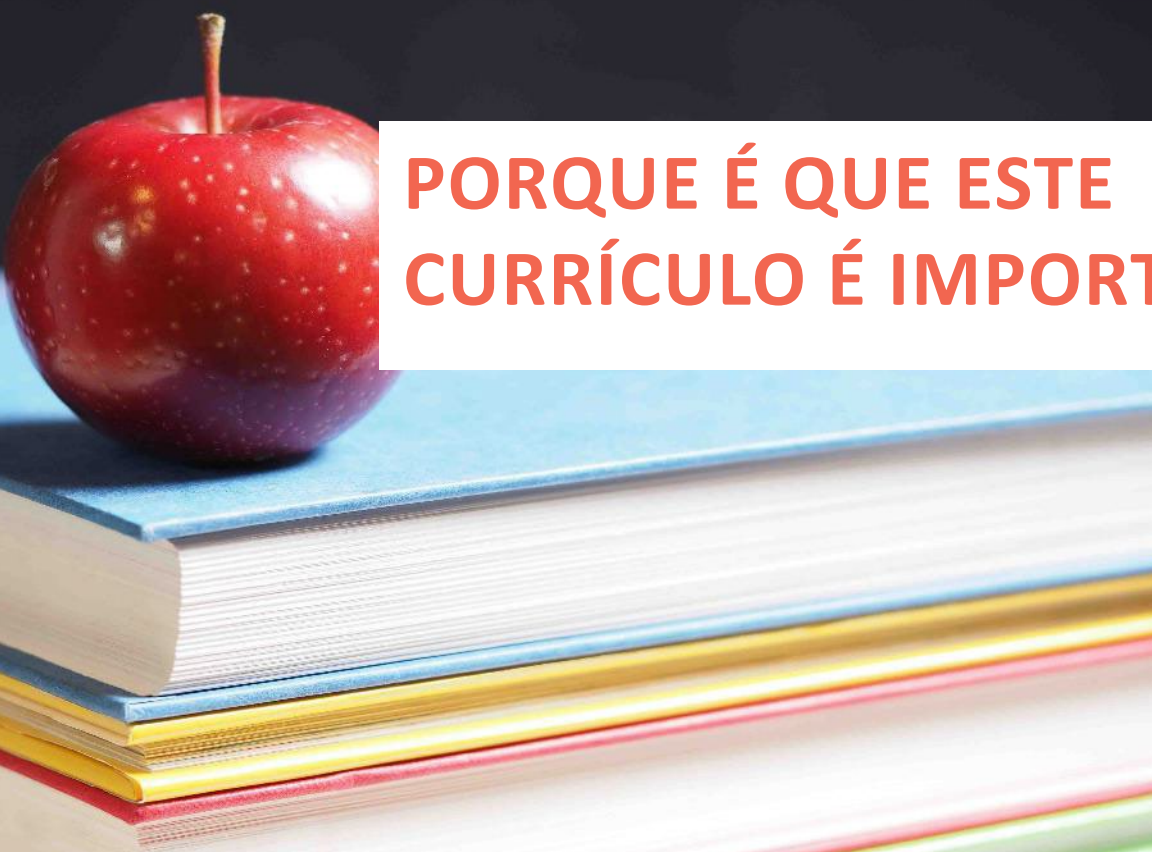
O projeto reconhece o papel fundamental desempenhado pela alimentação na nossa **sociedade, cultura e no setor da hotelaria e do turismo** (por exemplo, turismo gastronómico, experiências gastronómicas, a alimentação como cultura e identidade, narrativas sobre a alimentação, escolhas pró-sustentabilidade) e centra-se no reforço da ligação entre a educação e a prática no mundo real, aplicando o pensamento interdisciplinar a temas relacionados com a alimentação, juntamente com as suas oportunidades e desafios.

Este projeto curricular baseia-se em investigação interdisciplinar e em workshops de validação participativa realizados com estudantes e partes interessadas locais em seis instituições parceiras. Estas atividades proporcionaram insights críticos sobre as lacunas de competências atuais, as necessidades educativas e as competências orientadas para o futuro exigidas nos setores alimentar, da hotelaria, do turismo e setores relacionados.

Este projeto curricular traduz os resultados da investigação do projeto — por exemplo, a alimentação como cultura e identidade, saúde e bem-estar, e escolhas sustentáveis — e os resultados dos workshops numa estrutura de aprendizagem modular e estruturada para instituições de ensino superior (IES). Foi concebido para ser adaptável a várias disciplinas, programas de estudo e contextos nacionais, mantendo simultaneamente um forte enfoque na sustentabilidade, consciência cultural, inclusão social e aprendizagem prática.

02

**PORQUE É QUE ESTE
CURRÍCULO É IMPORTANTE?**



02 – Por que é que este currículo é importante?

O currículo de Educação em Eco-Cultura Alimentar responde aos desafios crescentes nos setores europeus da alimentação, hotelaria, turismo e afins, incluindo a escassez de competências, as pressões em matéria de sustentabilidade e a necessidade de profissionais com maior consciência social e cultural

Atualmente, a alimentação situa-se na intersecção entre a responsabilidade ambiental, a identidade cultural, a saúde, a inovação digital e o desenvolvimento local, mas estas dimensões são frequentemente abordadas de forma fragmentada no ensino superior.

Este currículo oferece **uma abordagem integrada e interdisciplinar** que reflete a complexidade do mundo real e prepara os estudantes para lidar com as

transformações atuais e futuras nos sistemas alimentares.

Ao basear a aprendizagem na investigação, na contribuição dos estudantes e em exemplos práticos, o **currículo reforça a ligação entre o conhecimento académico, as necessidades da sociedade e a prática profissional** em diversos contextos europeus.



03

OBJETIVOS DO CURRÍCULO



03 – Objetivos do Currículo

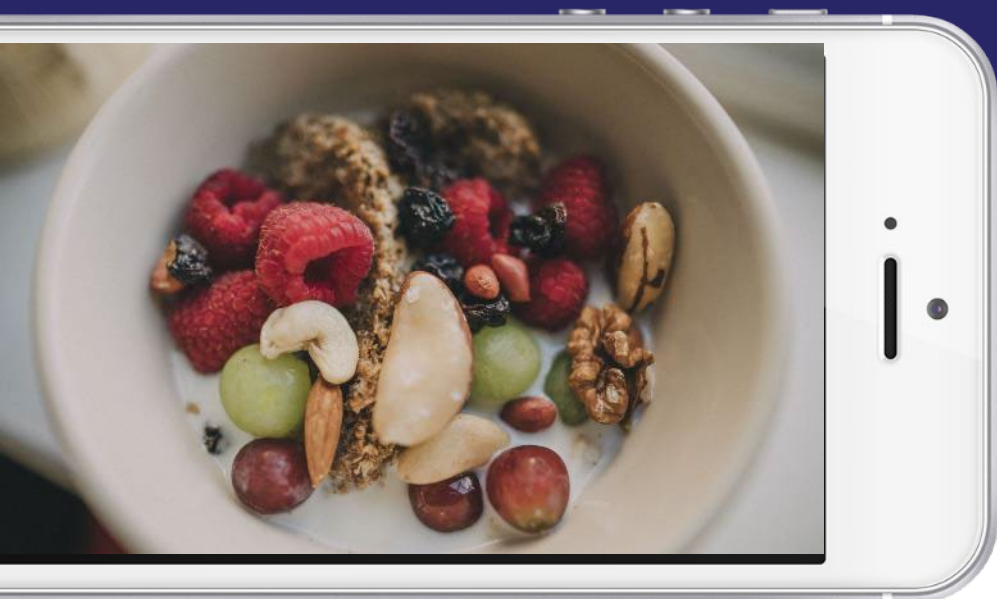
O principal objetivo do currículo de Educação para a Eco-Cultura Alimentar é dotar os alunos de **uma compreensão holística** da alimentação enquanto fenómeno cultural, social, ambiental e económico.

O currículo visa fomentar o pensamento crítico, competências práticas e consciência ética relacionadas com escolhas alimentares sustentáveis, literacia alimentar e bem-estar, turismo alimentar e experiências locais, inovação digital, bem como comunicação e colaboração.

Procura apoiar os estudantes no desenvolvimento de competências relevantes em várias disciplinas e transferíveis para diferentes percursos

profissionais, ao mesmo tempo que incentiva a tomada de decisões responsáveis, a sensibilidade cultural e o envolvimento com as comunidades e a indústria.

O currículo foi concebido para ser flexível e adaptável, permitindo que as instituições de ensino superior integrem os módulos em programas existentes ou os utilizem como unidades de aprendizagem autónomas.



04

RESUMO

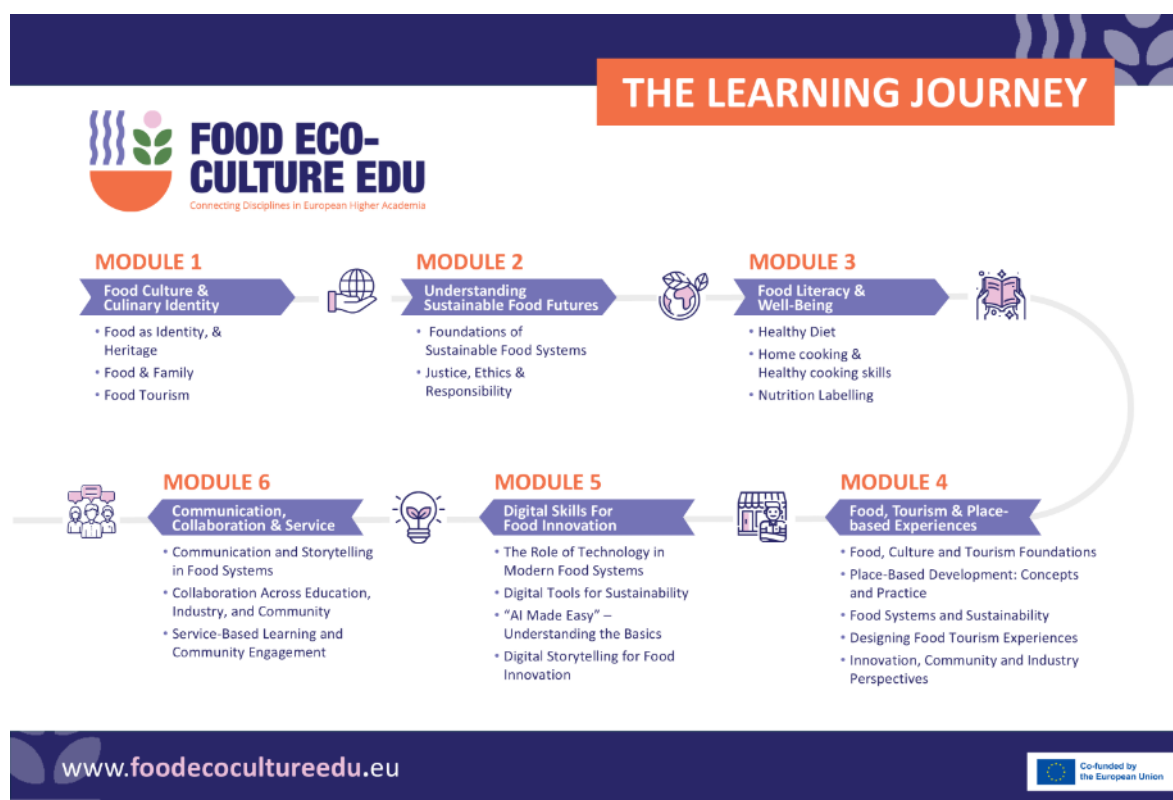


04 – Resumo

O currículo do programa de Educação em Eco-Cultura Alimentar é composto por **seis módulos temáticos** concebidos para dotar os alunos de conhecimentos, aptidões e competências interdisciplinares relacionadas com a identidade alimentar e cultural, escolhas alimentares sustentáveis, saúde e bem-estar, turismo gastronómico e experiências ligadas ao território, inovação digital e comunicação. O currículo reflete os principais temas, necessidades, perspetivas, tendências e lacunas educativas que emergiram da investigação do projeto e dos workshops regionais, e está estruturado nos seguintes seis módulos:

- **Módulo 1 - Tradições Culinárias e Identidade Cultural**
- **Módulo 2 - Compreender as Escolhas Alimentares Sustentáveis**
- **Módulo 3 - Literacia Alimentar e Bem-estar**
- **Módulo 4 - Alimentação, Turismo e Experiências Locais**
- **Módulo 5 - Competências Digitais para a Inovação Alimentar**
- **Módulo 6 - Comunicação, colaboração e serviço**

Cada módulo segue uma estrutura comum, incluindo uma descrição, objetivos de aprendizagem, tópicos sugeridos, estudos de caso, exercícios para os alunos e fontes, garantindo coerência e transferibilidade entre os contextos das instituições de ensino superior.



05

MÓDULOS



Visão geral do módulo



| MÓDULO 1 | Tradições Culinárias e Identidade Cultural |
|-----------------------------------|---|
| Visão geral | Este módulo explora a alimentação como uma prática cultural, social e formadora de identidade no seio de sociedades multiculturais. Os alunos analisam os significados históricos, culturais e simbólicos da alimentação, com especial atenção à alimentação como identidade e património e à sua ligação com a ideia de lar e com o turismo. |
| Resultados de aprendizagem | <ul style="list-style-type: none"> • Os alunos são capazes de analisar como a alimentação e as tradições culinárias moldam e refletem identidades culturais, utilizando exemplos de diversas comunidades e contextos históricos. • Os alunos são capazes de identificar o papel que a produção, partilha e consumo de alimentos desempenham na (re)produção da cultura e na construção de comunidades inclusivas e diversificadas. |
| Tópicos abordados | <ul style="list-style-type: none"> • Introdução • A Alimentação como Identidade e Património • Alimentação e família • Turismo gastronómico • Conclusão |
| Estudo de caso | <ul style="list-style-type: none"> • Património Imaterial da UNESCO • Receitas do Cemitério: experimentar receitas inscritas em lápides • «Samen Sterk» («Juntos somos mais fortes») • Turismo em townships na África do Sul |
| Exercícios sugeridos | Reflexão pessoal sobre uma receita familiar significativa e discussão com um colega |
| Vídeos/podcasts sugeridos | <ul style="list-style-type: none"> • Podcast: The Full English: o programa que vê o mundo através da comida • Podcast: The Columbian Exchange (BBC) • Podcast: Comfort Eating com Grace Dent (The Guardian) • Podcast: Lunchbox Envy • Podcast: The One about Dutch Kitchen • Vídeo: TEDx “Há algo na comida” - Vivian Elebiyo-Okojie • Vídeo: TEDx “A comida não é apenas cultura, é diplomacia” - Leah Selim |

Visão geral do módulo



| MÓDULO 2 | Compreender as escolhas alimentares sustentáveis |
|------------------------------------|--|
| Visão geral | Este módulo explora os fundamentos dos sistemas e escolhas alimentares sustentáveis, incluindo como os alimentos são produzidos, transportados e consumidos, e como estes processos afetam o clima, a natureza e a sociedade. Serão introduzidos conceitos-chave como economia circular, alimentos locais e sazonais, desperdício alimentar e cadeias de abastecimento éticas. |
| Resultados de aprendizagem | <ul style="list-style-type: none"> • Os alunos serão capazes de explicar os princípios fundamentais dos sistemas alimentares sustentáveis e descrever como a produção e o consumo de alimentos afetam o clima, a natureza, as comunidades humanas e animais e as suas dimensões éticas. • Os alunos serão capazes de identificar formas práticas de fazer escolhas alimentares mais sustentáveis, tais como reduzir o desperdício alimentar, escolher produtos de origem ética ou selecionar ingredientes sazonais/locais, e justificar por que razão estas escolhas são importantes para a sociedade e para o planeta. |
| Tópicos abordados | <ul style="list-style-type: none"> • Introdução • Fundamentos dos Sistemas Alimentares Sustentáveis • Justiça, Ética e Responsabilidade • Conclusão |
| Estudo de caso | <ul style="list-style-type: none"> • O Movimento da Cozinha Holandesa • Aplicação Fork Ranger |
| Exercícios sugeridos | <ul style="list-style-type: none"> • Auto-reflexão sobre Alimentação e Alterações Climáticas • Auto-reflexão sobre o desperdício alimentar: O meu frigorífico, o meu impacto • Discussão com os colegas sobre duas afirmações relativas à acessibilidade dos alimentos sustentáveis e ao desperdício alimentar • Reflexão pessoal sobre o que consta na sua lista de compras |
| Vídeos / Podcasts sugeridos | <ul style="list-style-type: none"> • Vídeo: TEDx “Repensar a Alimentação: Transformar os Sistemas Alimentares” - Frank Eyhorn • Vídeo: Impacto ambiental - Noah Zerbe • Vídeo: TEDx “Como fazer escolhas sustentáveis no supermercado” – Frank Holleman • Vídeo: TEDx “Uma dieta que sustenta o planeta” - Walter Willet • Vídeo: O desafio do desperdício alimentar na Europa • Vídeo: Transformar os sistemas alimentares em prol da justiça, do clima e da nutrição - Secretário-Geral da ONU António Guterres • Vídeo: Compreender a cadeia de abastecimento alimentar - Podcast Farm Traveler • Podcast: The Sustainable Food Trust • Podcast: Good Food • Podcast: Hot Farm • Podcast: A Cadeia Alimentar (BBC) |

Visão geral do módulo



| MÓDULO 3 | Literacia Alimentar e Bem-estar |
|-----------------------------------|---|
| Visão geral | Este módulo apresenta os conceitos básicos de literacia alimentar e bem-estar, com foco na forma como as escolhas alimentares diárias e as práticas culinárias influenciam a saúde pessoal, bem como os resultados sociais e ambientais. Os tópicos principais incluem dietas saudáveis e equilibradas (com destaque para a Dieta Mediterrânica), cozinhar em casa e competências práticas de culinária saudável, e compreensão de informações nutricionais, rótulos alimentares e ingredientes. |
| Resultados de aprendizagem | <ul style="list-style-type: none"> Os alunos são capazes de demonstrar uma compreensão informada dos princípios de uma alimentação saudável e da sua relevância para o bem-estar, incluindo o papel da cozinha caseira, competências básicas de cozinha saudável e a interpretação da rotulagem nutricional e dos ingredientes alimentares. Os alunos são capazes de aplicar conhecimentos práticos de literacia alimentar às escolhas alimentares do dia-a-dia, utilizando rótulos nutricionais, listas de ingredientes e princípios de cozinha saudável para promover o bem-estar pessoal e um consumo alimentar mais consciente. |
| Tópicos abordados | <ul style="list-style-type: none"> Introdução Alimentação Saudável Cozinhar em casa e competências de cozinha saudável Rotulagem nutricional Conclusão |
| Estudo de caso | <ul style="list-style-type: none"> A Dieta Mediterrânica A importância da cozinha caseira na vida moderna |
| Exercícios sugeridos | <ul style="list-style-type: none"> Adaptação de receitas familiares de acordo com a Dieta Mediterrânica Exercício prático para os alunos praticarem técnicas de corte, cozinharem de forma mais saudável e planearem uma refeição Melhorar a sua compreensão dos rótulos nutricionais e analisar e explicar as alegações nutricionais e de saúde |
| Vídeos/podcasts sugeridos | <ul style="list-style-type: none"> Vídeo: TEDx “Literacia alimentar – é mais do que apenas ler o rótulo” – Eric Schofield Vídeo: “Técnicas básicas de corte 101” - Alexis deBoschnek Vídeo: “How to (Actually) Follow a Recipe” - Techniquely com Lan Lam Vídeo: “Receita de sopa de couve portuguesa” - Fed by Sab. Vídeo: “Feijão espanhol com peixe: receita tradicional de guisado de feijão e marisco” - Spain on a Fork Vídeo: “Molho de beringela: Pasta alla Norma” - Recipe Tin Eats Vídeo “Compreender os rótulos alimentares com o NHS Fife” Vídeo: “Ler rótulos alimentares” - Nutricionista Margaret Brum Vídeo: “Riscos para a saúde dos alimentos ultraprocessados” - Deena Adimoolam |

Visão geral do módulo



| MÓDULO 4 | Gastronomia, Turismo e Experiências Locais |
|-----------------------------------|--|
| Visão geral | Este módulo explora a relação entre alimentação, turismo e desenvolvimento baseado no local, com foco na forma como as práticas alimentares locais moldam a identidade cultural e as experiências dos visitantes. Os principais tópicos incluem a gastronomia como património cultural, a narrativa baseada na alimentação e o papel dos mercados locais, dos produtores e dos eventos na criação de experiências turísticas significativas e sustentáveis para as comunidades e os destinos. |
| Resultados de aprendizagem | <ul style="list-style-type: none"> • Os alunos serão capazes de compreender a ligação entre alimentação, cultura e turismo, conceber e avaliar experiências envolventes de turismo gastronómico, adquirir competências práticas através de visitas de estudo, explicação sensorial e análise de destinos. • Os alunos serão capazes de aplicar princípios de desenvolvimento sustentável e baseado no local do turismo gastronómico, colaborar com partes interessadas da comunidade e da indústria para explorar a inovação no turismo gastronómico, analisar e mapear destinos gastronómicos e recursos culinários locais. |
| Tópicos abordados | <ul style="list-style-type: none"> • Introdução • Fundamentos da Gastronomia, Cultura e Turismo • Desenvolvimento baseado no local: conceitos e prática • Sistemas Alimentares e Sustentabilidade • Conceção de experiências de turismo gastronómico • Perspetivas de inovação, comunidade e indústria • Componente Experiencial • Conclusão |
| Estudo de caso | <ul style="list-style-type: none"> • A Rota Gastronómica do Burren (IE) • Sabores das Midlands (IE) • Sustentabilidade para Empresas do Setor Alimentar e de Bebidas West Cork (IE) • Blas na hEireann (Sabores da Irlanda) • The Food Hub (IE) • Rota Gastronómica e Artesanal de Kilkenny |
| Exercícios sugeridos | <ul style="list-style-type: none"> • Exercício de autorreflexão: comida, memória e lugar • Exercício de autorreflexão: mapear o sabor de um lugar • Exercício de autorreflexão: traçar o percurso de uma refeição • Exercício de autorreflexão: conceber um festival relacionado com a comida • Exercício de autorreflexão: quem ganha? quem decide? • Exercício de auto-reflexão: património e mapeamento alimentar em Kilkenny |
| Vídeos/Podcasts sugeridos | <ul style="list-style-type: none"> • Vídeo – O primeiro Centro Nacional de Excelência da Irlanda em Athenry, Condado de Galway. • Vídeo – Taste the Island – uma celebração da gastronomia e das bebidas da Irlanda • Vídeo – Descubra as experiências Good Food Ireland® |

Visão geral do módulo



| MÓDULO 5 | Competências digitais para a inovação alimentar |
|------------------------------------|---|
| Visão geral | <p>Este módulo apresenta a forma como as tecnologias digitais estão a transformar o setor alimentar, com foco em ferramentas e aplicações que apoiam a sustentabilidade, reduzem o desperdício alimentar e melhoram a comunicação nos contextos alimentar, turístico e hoteleiro. Os tópicos principais incluem a utilização de plataformas digitais, sistemas inteligentes e aplicações básicas de IA, bem como uma visão geral das futuras competências digitais necessárias para colmatar as lacunas emergentes na força de trabalho das PME's relacionadas com a alimentação em toda a Europa.</p> |
| Resultados de aprendizagem | <ul style="list-style-type: none"> • Os alunos irão desenvolver uma compreensão de como as tecnologias e ferramentas digitais estão a transformar o setor alimentar, incluindo a utilização de aplicações, sistemas inteligentes e aplicações básicas de IA que apoiam a sustentabilidade, reduzem o desperdício alimentar e melhoram a comunicação nos contextos alimentar, turístico e hoteleiro. • Os alunos irão identificar e tomar consciência das competências digitais futuras necessárias num panorama alimentar moderno, abordando as atuais lacunas de competências digitais na força de trabalho das PME's dos setores alimentar, do turismo alimentar e da hotelaria em toda a Europa. |
| Tópicos abordados | <ul style="list-style-type: none"> • Introdução • O papel da tecnologia nos sistemas alimentares modernos • Ferramentas digitais para a sustentabilidade • Sistemas Alimentares e Sustentabilidade • “IA Simplificada” – Compreender os conceitos básicos • Narrativa digital para a inovação alimentar |
| Estudo de caso | <ul style="list-style-type: none"> • The Lodge at Ashford Castle (Irlanda) • PreciTaste: ferramenta de IA na cozinha |
| Exercícios sugeridos | <ul style="list-style-type: none"> • Exercício de autorreflexão sobre as ferramentas digitais para a sustentabilidade • Exercício de autorreflexão sobre a narrativa digital para a inovação alimentar |
| Vídeos / Podcasts sugeridos | <ul style="list-style-type: none"> • Vídeo: Mentalidades e competências de sustentabilidade: Perda e desperdício alimentar - Conor Spacey • Livro: «Delivering the Digital Restaurant» - Meredith Sandland e Carl Osbourn • Livro: «The Future of Food» - Jorg Snoek e Stefan van Rompay |

Visão geral do módulo



| MÓDULO 6 | Comunicação, colaboração e serviço |
|------------------------------------|--|
| Visão geral | <p>Este módulo centra-se no papel da comunicação, colaboração e serviço na definição dos sistemas alimentares contemporâneos e da educação alimentar. Os formandos exploram como a alimentação é comunicada através da cultura, das narrativas e das práticas quotidianas, e como estas mensagens influenciam valores, comportamentos e tomadas de decisão. O módulo também examina abordagens colaborativas que reúnem o ensino superior, a indústria e as comunidades para enfrentar desafios relacionados com a alimentação. Através da aprendizagem baseada no serviço e de exemplos do mundo real, os formandos refletem sobre como o conhecimento pode ser co-criado e partilhado para apoiar sistemas alimentares mais inclusivos, sustentáveis e socialmente responsáveis.</p> |
| Resultados de Aprendizagem | <ul style="list-style-type: none"> • Os alunos serão capazes de explicar o papel da comunicação e da colaboração na criação de sistemas alimentares inclusivos e sustentáveis. • Os alunos serão capazes de analisar como a aprendizagem baseada no serviço e o envolvimento da comunidade reforçam os resultados da educação alimentar. • Os alunos serão capazes de aplicar abordagens colaborativas a desafios reais nas áreas da alimentação, hotelaria e comunidade. • Os alunos serão capazes de refletir sobre as suas próprias práticas de comunicação ao trabalharem em diferentes disciplinas, culturas e setores. |
| Tópicos abordados | <ul style="list-style-type: none"> • Introdução • Comunicação e Narrativa nos Sistemas Alimentares • Colaboração entre a educação, a indústria e a comunidade • Aprendizagem baseada no serviço e envolvimento comunitário • “IA Simplificada” – Compreender os conceitos básicos • Conclusão |
| Estudo de caso | <ul style="list-style-type: none"> • Slow Food International • FoodSHIFT 2030 • Too Good To Go • Pacto de Política Alimentar Urbana de Milão (IT) |
| Exercícios sugeridos | <ul style="list-style-type: none"> • Exercício de autorreflexão sobre o trabalho colaborativo em sistemas alimentares • Exercício de autorreflexão sobre a narrativa digital para a inovação alimentar |
| Vídeos / Podcasts sugeridos | <ul style="list-style-type: none"> • Podcast: Food for Europe • Vídeo: Parcerias e colaboração nos sistemas alimentares - FAO, Nações Unidas • Vídeo: O Projeto Food Trails - Pacto de Milão para a Política Alimentar Urbana |

06

COMPETÊNCIAS





Competências

O programa curricular de Educação em Eco-Cultura Alimentar apoia o desenvolvimento de competências que respondem às prioridades do programa Erasmus+ para o Ensino Superior: sustentabilidade, transição digital, inclusão social e empregabilidade. Através de uma abordagem interdisciplinar e orientada para a prática, o programa dota os estudantes de conhecimentos, competências e atitudes transferíveis para os setores da alimentação, turismo, hotelaria, educação e setores afins, promovendo simultaneamente a cidadania responsável e a aprendizagem ao longo da vida.



Após a conclusão do programa, os alunos terão desenvolvido a capacidade de:

- ✓ Analisar criticamente os sistemas alimentares, integrando perspectivas culturais, sociais, ambientais e económicas, apoiando a tomada de decisões informadas e éticas.
- ✓ Aplicar princípios de sustentabilidade e transição ecológica a práticas relacionadas com a alimentação, incluindo a produção responsável, o consumo e a redução de resíduos, em consonância com os objetivos ambientais europeus.
- ✓ Demonstrar literacia alimentar e competências em matéria de bem-estar, permitindo escolhas alimentares pessoais e profissionais mais saudáveis e sustentáveis.
- ✓ Conceber e avaliar experiências alimentares e turísticas inclusivas e baseadas no local, que criem valor para as comunidades locais e respeitem a diversidade cultural.
- ✓ Utilizar e avaliar criticamente ferramentas digitais e aplicações básicas de IA relevantes para os sistemas alimentares, a comunicação e a inovação, contribuindo para a transição digital dos setores relacionados com a alimentação.
- ✓ Comunicar e colaborar eficazmente com diversas partes interessadas, incluindo comunidades, PME, educadores e visitantes, em contextos interculturais e interdisciplinares.
- ✓ Adaptar-se às necessidades em evolução do mercado de trabalho, desenvolvendo competências orientadas para o futuro, tais como criatividade, resolução de problemas, reflexão e aprendizagem baseada no serviço.



07

REFERÊNCIAS



07 – Referências

- Relatório de Investigação do Projeto FoodEcoCultureEdu.
- Workshops de Validação dos Estudantes do FoodEcoCultureEdu (2025).
- Comissão Europeia (2021).
- Guia do Programa Erasmus+.



*A comida é tudo o que somos.
É uma extensão do sentimento
nacionalista, do sentimento étnico,
da sua história pessoal, da sua
província, da sua região, da sua
tribo, da sua avó.*

Anthony Bourdain





FOOD ECO-CULTURE EDU

Connecting Disciplines in European Higher Academia



Acompanhe a nossa jornada



www.foodecocultureedu.eu



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.