



Designação	Dieta Atlântica: storytelling da gastronomia tradicional do litoral minhoto
------------	---

Área de Formação (CNAEF)	ECTS	Nível EQF
Turismo e Lazer	3	6

	Presenciais	Online - síncronas	Online - assíncronas	TOTAL
Horas de contacto	16	16		32
Horas de trabalho autónomo				49
Horas TOTAIS				81

Público a que se destina	A Ação de Curta Duração (ACD) “ <i>Dieta Atlântica: Storytelling da Gastronomia Tradicional do Litoral Minhoto</i> ” dirige-se a todas as pessoas com interesse em adquirir competências de comunicação, através da criação de narrativas focadas na gastronomia, tradições e produtos locais. Esta formação visa promover a Dieta Atlântica e valorizar a região do Minho , com especial relevância para alunos e profissionais das áreas da restauração, turismo, marketing digital, confrarias gastronómicas , entre outros públicos com interesse neste domínio.		
Vagas (se aplicável)	Mínimo: 10	Máximo: 15	

1. Equipa docente/ Equipa de Formação

	Grupo Disciplinar	nome	email	Ciência ID
Responsável científico IPVC	Ciências do Desporto, Turismo e Lazer	Carlos Fernandes	cfernandes@estg.ipvc.pt	0419-0AA6-55E5
Docentes; Formadores/as	Ciências do Desporto, Turismo e Lazer	Graciela Macedo	info@gdesignstudio.pt	_____

2. Resumo

Cada vez mais, os visitantes valorizam experiências locais autênticas e memoráveis, onde a gastronomia e os vinhos desempenham um papel central. Esta ação explora o **storytelling como ferramenta de valorização e comunicação das tradições gastronómicas do litoral minhoto**, permitindo contar as histórias das pessoas, dos produtos, dos saberes e dos sabores locais. Através de uma abordagem prática e criativa, os participantes aprenderão a criar narrativas que reforcem a identidade e o posicionamento dos territórios, produtos e experiências enogastronómicas.

O curso conta com a parceria da Confraria dos Gastrónomos do Minho.

3. Objetivos de aprendizagem

- a) Introdução o storytelling gastronómico e Dieta Atlântica;
- b) Estrutura da narrativa aplicada à tradição gastronómica;
- c) Narrativas com identidade: origem, valores e missão (gestão de conteúdos);
- d) Narrativas culturais e regionais do litoral minhoto para potenciar experiências memoráveis;
- e) Exploração das plataformas digitais e o bom uso do storytelling (Através do copywriting, imagem, foodstyling e audiovisual);
- f) Segmentação e diferenciação na comunicação gastronómica;
- g) Escrita criativa e sensorial (conteúdos específicos);
- h) Menus com identidade e território (conteúdos específicos).

4. Conteúdos

- a) Conceito e importância do storytelling na valorização do património alimentar;
Princípios da Dieta Atlântica: sustentabilidade, sazonalidade e identidade cultural;
Enquadramento da gastronomia tradicional do litoral minhoto no contexto da Dieta Atlântica e a importância no turismo.
- b) Elementos base da narrativa (personagem, enredo, ambiente, conflito e resolução);
Técnicas narrativas adaptadas à comunicação da tradição, do território e do marketing territorial.
Exemplos de histórias associadas a pratos, ingredientes e práticas culinárias locais.
- c) Construção de mensagens autênticas baseadas em produtos e saberes locais;
A gastronomia como proposta de valor cultural e económica;
Casos de storytelling aplicados a projetos regionais de promoção alimentar e do turismo.
- d) Papel das práticas culinárias tradicionais na construção da identidade minhota;
Valorização do receituário, das técnicas e dos ingredientes locais;
Relato de memórias, dias festivos, sazonalidade e oralidade à volta da mesa.
- e) Plataformas digitais como meio de promoção da cultura alimentar;
Técnicas de *copywriting*, imagem, *foodstyling* e narrativa audiovisual;
- f) Identificação de diferentes públicos com adaptação da comunicação e narrativa;
- g) Técnicas de escrita gastronómica, sensorial e evocativa. Exercício escrito.

h) A ementa como espaço narrativo; Construção de menus temáticos que reflitam a Dieta Atlântica e o litoral minhoto; Exemplos e propostas de aplicação em restauração, turismo e promoção regional.

5. Metodologias de ensino e aprendizagem

A ACD começa com uma base teórico-prática (TP), utilizando os métodos expositivo, interrogativo e ativo, alinhada com o objetivo de valorizar a Dieta Atlântica como alternativa gastronómica. Estes métodos são complementados com sessões de apresentação e discussão de casos práticos, enfatizando a autenticidade e a herança cultural na narrativa, com destaque para a utilização de técnicas culinárias tradicionais, as receitas de família transmitidas de geração em geração ou a aposta na divulgação dos ingredientes locais de forma a demonstrar a ligação da unidade/do serviço às raízes culturais. As sessões práticas são desenhadas para promover a discussão contínua e reflexão, ajudando os formandos a conectar os conteúdos com os objetivos de aprendizagem, e a refletir sobre esta alternativa gastronómica.

6. Avaliação

A avaliação permite aos formandos demonstrar competência na aplicação dos conhecimentos aprendidos, de experiência prática no uso de ferramentas digitais para a construção do texto e de narrativa para desenvolver e apresentar exercícios práticos, promovendo assim uma aprendizagem experiencial e aplicada.

Desenvolver ou reformular uma narrativa para promoção de um produto ou prato com origem na dieta atlântica, conjugando a apresentação da narrativa de forma apelativa e distinta, com a gastronomia, tradição e uso de produtos locais com apresentação oral (100%).

7. Bibliografia (Deve optar apenas por uma norma de referência bibliográfica: ex. APA 6ª edição, Vancouver ou NP 405)

Macedo, G. (2024). Colheita de Memórias. Casa das Letras.
Mariano, M. (2023). Dar a volta ao texto Guia Prático DE COPYWRITING E CRIAÇÃO DE CONTEÚDOS. Ideias de Ler.
Miller, D. (2022). Construir uma Storybrand Crie mensagens claras e atraia a atenção dos seus clientes. Self PT.
Xavier, Adilson (2023). Storytelling: Histórias que deixam marcas. (12ª edição). Best Business.

(Todos os livros estão disponíveis na biblioteca da ESTG)

Aprovado na reunião 10/2024 do Plenário do Conselho Técnico-Científico da ESTG, realizada no dia 11 de setembro.