

## **NUTRIÇÃO ESPORTIVA**

### **INFORMAÇÕES GERAIS**

#### **APRESENTAÇÃO**

A Nutrição Esportiva, mais do que associar alimentação à atividade física, trata-se da ciência que aplica os conhecimentos sobre nutrientes ao desempenho físico, na promoção da saúde e na busca de resultados, no caso de atletas profissionais, melhora da performance de atletas amadores. Os conhecimentos de nutrição associados aos de fisiologia e bioquímica do exercício, faz do profissional apto a corrigir erros na alimentação, aprimorar o desempenho em determinadas atividades e promover a melhor recuperação do organismo. A Nutrição Esportiva está presente em diversos setores, incluindo na preparação de atletas de alto nível, ela associa a alimentação à prática da atividade física afim de melhorar o desempenho do atleta. Dentre eles, destacam-se a Alimentação Coletiva, a Nutrição Clínica, a Saúde Coletiva e a Indústria de Alimentos. A abrangência e as transformações desses setores, impulsionadas pelos avanços tecnológicos, fazem com que sua participação na evolução da oferta de produtos e serviços seja considerada de grande importância para a economia nacional. Reflexo disso é o mercado de refeições coletivas, que fornece milhões de refeições/dia, movimentando anualmente cifras elevadas, ofertando empregos diretos e indiretos, com um consumo diário de toneladas de alimentos e alta arrecadação de impostos e contribuições para os governos.

#### **OBJETIVO**

Formar profissionais com sólido e amplo conhecimento técnico, na área da Nutrição Esportiva, exacerbando nestes profissionais um espírito ético e de gestão nutricional, atendendo assim as exigências e tendências da Nutrição Esportiva.

#### **METODOLOGIA**

Em termos gerais, a metodologia será estruturada e desenvolvida numa dimensão da proposta em EAD, na modalidade online ou semipresencial, visto que a educação a distância está consubstanciada na concepção de mediação das tecnologias em rede, com momentos presenciais e atividades a distância em ambientes virtuais de aprendizagens, que embora, acontece fundamentalmente com professores e alunos separados fisicamente no espaço e ou no tempo, mas que se interagem através das tecnologias de comunicação. Assim, todo processo metodológico estará pautado em atividades nos Ambientes Virtuais de Aprendizagem (AVA).

<b>Código</b>	<b>Disciplina</b>	<b>Carga Horária</b>
<b>5058</b>	<b>Avaliação Nutricional</b>	<b>60</b>

## **APRESENTAÇÃO**

Contextualização dos determinantes do processo saúde-doença. Tipos e métodos de avaliação nutricional. Articulação dos conhecimentos teórico-práticos sobre os métodos diretos e indiretos de avaliação do estado nutricional de indivíduos e grupos populacionais, sadios e enfermos. Inquéritos nutricionais. Situação nutricional alimentar brasileira: natureza, intenção e magnitude.

## **OBJETIVO GERAL**

Hoje o cuidar da saúde é mais importante que o curar, nesse sentido a avaliação nutricional tem um papel importante, por isso o curso busca formar o egresso para que ele saiba avaliar e orientar pessoas e grupos para melhores práticas nutricionais.

## **OBJETIVO ESPECÍFICO**

- Interpretar os conceitos e definições básicas de avaliação nutricional e do diagnóstico nutricional.
- Analisar os indicadores clínicos, bioquímicos, avaliação do consumo parâmetros de composição corporal e determinar estado nutricional.
- Identificar os indicadores antropométricos da avaliação nutricional em adultos.
- Identificar os demais indicadores de avaliação nutricional em hospitalizados.

## **CONTEÚDO PROGRAMÁTICO**

### **UNIDADE I**

CONCEITOS E DEFINIÇÕES BÁSICAS DE AVALIAÇÃO NUTRICIONAL E DO DIAGNÓSTICO NUTRICIONAL  
MÉTODOS DIRETOS EM AVALIAÇÃO NUTRICIONAL  
MÉTODOS INDIRETOS EM AVALIAÇÃO NUTRICIONAL  
PRINCÍPIOS, PECULIARIDADES E APLICAÇÃO DA AVALIAÇÃO NUTRICIONAL EM COLETIVIDADES

### **UNIDADE II**

AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA  
INDICADORES DE CRESCIMENTO: AVALIAÇÃO E INTERPRETAÇÃO DE CURVAS  
EXAMES LABORATORIAIS  
OUTROS INDICADORES NUTRICIONAIS

### **UNIDADE III**

INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS NA AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DE ADULTOS  
SEMIOLOGIA NUTRICIONAL NO ADULTO  
EXAMES BIOQUÍMICOS  
AVALIAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR E CONSIDERAÇÕES IMPORTANTES SOBRE DIAGNÓSTICO NUTRICIONAL

### **UNIDADE IV**

INDICADORES DA AVALIAÇÃO NUTRICIONAL NA GESTAÇÃO  
AVALIAÇÃO NUTRICIONAL EM IDOSOS  
CONHECENDO AS FERRAMENTAS PARA A TRIAGEM E RASTREAMENTO NUTRICIONAL EM HOSPITALIZADOS  
CONHECENDO OS DEMAIS INDICADORES DE AVALIAÇÃO NUTRICIONAL EM HOSPITALIZADOS

## **REFERÊNCIA BÁSICA**

ACUÑA, K.; CRUZ, T. **Avaliação do estado nutricional de adultos e idosos e situação nutricional da população brasileira.** Arq bras endocrinol metab, v. 48, n. 3, p. 345-61, 2004.

DE VASCONCELOS, F A. G. **Avaliação Nutricional de Coletividade:** Texto de Apoio Didático. Florianópolis: Editora da universidade Federal de Santa Catarina, 1993. 154p.

## REFERÊNCIA COMPLEMENTAR

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde** : Norma Técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2011. 76 p. : il. – (Série G. Estatística e Informação em Saúde).

CALIXTO-LIMA, L.; REIS, N.T. **Interpretação de Exames Laboratoriais Aplicados à Nutrição Clínica.** Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2012.

CHUMLEA WC, ROCHE AF, STEINBAUGH ML. **Estimating stature from knee height for persons 60 to 90 years of age.** J Am Geriatr Soc. 1985; 33 (2): 116-20.102.

CUPPARI, L. **Nutrição Clínica do Adulto.** Guias de medicina ambulatorial e hospitalar, Unifesp. 2 ed, Barueri, SP: Manole, 2012.

DUARTE, A. C. G. **Avaliação nutricional, aspectos clínicos e laboratoriais.** São Paulo:Atheneu, 2007.

FISBERG, R.M.; MARCHIONI, D.M.L.; COLUCCI, A.C.A. **Avaliação do consumo alimentar e da ingestão de nutrientes na prática clínica.** Arq Bras Endocrinol Metab. 2009;53/5

FORTI, N.; DIAMENT, J. **Apolipoproteínas B e A-I: fatores de risco cardiovascular?.** Rev. Assoc. Med. Bras.,São Paulo , v. 53, n. 3, June 2007.

## PERIÓDICOS

FRISANCHO, A. R. **New norms of upper limb fat and muscle áreas for assessment of nutritional status, American Journal of Clinical Nutrition,** v. 34, p. 2540-2545, 1981.

FRISANCHO, A. R. **Anthropometric standards for the assessment of growth and nutritional status.** Ann Arbor: The University of Michigan Press; 1990. 189p.

GIBNEY, M.J.; ELIA, M.; LJUNGQVIST, O.; DOWSETT, J. **Nutrição Clínica.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007

GUEDES, G. P. **Avaliação da Composição Corporal Mediante Técnicas Antropométricas.** In: Tirapegui, J. Avaliação Nutricional: teoria e prática. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001.

GUIMARÃES AF, GALANTE AP. **Anamnese nutricional e inquéritos dietéticos.** In: ROSSI L, et al. Avaliação Nutricional: novas perspectivas. São Paulo: Roca, 2008, p.28-44.

## **APRESENTAÇÃO**

Estudo do mecanismo de funcionamento de todos os órgãos e sistemas do corpo humano. Princípios físicos do sistema biológico e a biofísica da água, soluções e membranas. Equilíbrio ácido básico. Organização funcional do corpo humano e o controle do meio interno da fisiologia das membranas, contração e excitação da musculatura esquelética. Contração e excitação do músculo liso, o músculo cardíaco, excitação rítmica do coração, o eletrocardiograma normal, circulação sanguínea, respiração e endocrinologia. Processos fisiológicos básicos. Mecanismos de regulação dos: sistema renal e líquido corporais; sistema nervoso; sistema digestivo; sistema cardiorrespiratório; sistema endócrino e reprodutor, sistema sensorial.

## **OBJETIVO GERAL**

Esta disciplina tem por objetivo o nivelamento conceitual do estudante e do profissional de saúde sobre a fisiologia do corpo humano e seus principais sistemas.

## **OBJETIVO ESPECÍFICO**

- Explicar o que é a Ciência Fisiologia Humana e quais os seus principais objetivos de estudo.
- Interpretar a função dos Sistemas Sensoriais que compõem a divisão aferente do Sistema Nervoso.
- Identificar quais mecanismos levam à filtração do sangue e o início da produção de urina pelos rins.
- Explicar os processos de motilidade do Sistema Digestório e quais as secreções que promovem a digestão e a consequente absorção dos nutrientes.

## **CONTEÚDO PROGRAMÁTICO**

### **UNIDADE I – FISILOGIA CELULAR**

PRINCIPAIS OBJETIVOS DE ESTUDO DA FISILOGIA HUMANA  
COMPOSIÇÃO DAS MEMBRANAS PLASMÁTICAS DAS CÉLULAS  
CÉLULA COMUM E CÉLULA EXCITÁVEL  
CONTRAÇÃO DAS CÉLULAS MUSCULARES ESQUELÉTICAS, CARDÍACAS E LISAS

### **UNIDADE II – FISILOGIA DO SISTEMA NEUROMOTOR**

ORGANIZAÇÃO MORFOFUNCIONAL DO SISTEMA NERVOSO  
CARACTERÍSTICAS DO SISTEMA NERVOSO AUTÔNOMO  
FUNÇÃO DOS SISTEMAS SENSORIAIS  
FISILOGIA DO SISTEMA MOTOR

### **UNIDADE III – FISILOGIA CARDIORRESPIRATÓRIA E VASCULAR**

MECANISMOS BÁSICOS DO FUNCIONAMENTO DO SISTEMA CARDIOVASCULAR  
RESPIRAÇÃO E DEMAIS FUNÇÕES DO SISTEMA RESPIRATÓRIO  
FILTRAÇÃO DO SANGUE E PRODUÇÃO DA URINA PELOS RINS  
FORMAÇÃO DA URINA EXCRETADA DO ORGANISMO

### **UNIDADE IV – FISILOGIA DO SISTEMA DIGESTÓRIO, ENDÓCRINO E HORMONAL**

CONTROLE DAS FUNÇÕES DO SISTEMA DIGESTÓRIO  
MOTILIDADE DO SISTEMA DIGESTÓRIO  
GLÂNDULAS ENDÓCRINAS E HORMÔNIOS DO EIXO HIPOTÁLAMO-HIPÓFISE  
GLÂNDULA ADRENAL E PÂNCREAS ENDÓCRINO

## REFERÊNCIA BÁSICA

BERNE & LEVY. **Fisiologia**. 6ª edição. Rio de Janeiro: Elsevier, 2009.

BOER, N.C.P. **Fisiologia: Curso Prático**. 1ª edição. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017.

## REFERÊNCIA COMPLEMENTAR

LENT, R. **Cem bilhões de neurônios? Conceitos Fundamentais de Neurociência**. 2ª edição. Editora Atheneu.

MELLO AIRES, M. **Fisiologia**. 4ª edição. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013.

## PERIÓDICOS

SILVERTHORN, D.U. **Fisiologia Humana: Uma Abordagem Integrada**. 7ª edição. Porto Alegre: Artmed, 2017.

VANDER. **Fisiologia Humana: Os Mecanismos das Funções Corporais**. 14ª edição. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017.

4839	Introdução à Ead	60
------	------------------	----

## APRESENTAÇÃO

Fundamentos teóricos e metodológicos da Educação a distância. Ambientes virtuais de aprendizagem. Histórico da Educação a Distância. Avaliação em ambientes virtuais de aprendizagem apoiados pela Internet.

## OBJETIVO GERAL

Aprender a lidar com as tecnologias e, sobretudo, com o processo de autoaprendizagem, que envolve disciplina e perseverança.

## OBJETIVO ESPECÍFICO

Analisar e entender EAD e TIC (Tecnologia de Informação e Comunicação), Ambiente virtual de ensino e Aprendizagem, Ferramentas para navegação na internet.

## CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

### UNIDADE I – AMBIENTAÇÃO NA APRENDIZAGEM VIRTUAL

PRINCIPAIS CONCEITOS DA EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA  
GERENCIAMENTO DOS ESTUDOS NA MODALIDADE EAD  
AMBIENTE VIRTUAL DE APRENDIZAGEM  
RECURSOS VARIADOS QUE AUXILIAM NOS ESTUDOS

### UNIDADE II – APRIMORANDO A LEITURA PARA A AUTOAPRENDIZAGEM

A LEITURA E SEUS ESTÁGIOS

OS ESTÁGIOS DA LEITURA NOS ESTUDOS  
ANÁLISE DE TEXTOS  
ELABORAÇÃO DE SÍNTESES

### **UNIDADE III – APRIMORANDO O RACIOCÍNIO PARA A AUTOAPRENDIZAGEM**

O RACIOCÍNIO DEDUTIVO  
O RACIOCÍNIO INDUTIVO  
O RACIOCÍNIO ABDUTIVO  
A ASSOCIAÇÃO LÓGICA

### **UNIDADE IV – FERRAMENTAS DE PRODUTIVIDADE PARA A EAD**

INTERNET E MANIPULAÇÃO DE ARQUIVOS  
COMO TRABALHAR COM PROCESSADOR DE TEXTO?  
COMO FAZER APRESENTAÇÃO DE SLIDES?  
COMO TRABALHAR COM PLANILHAS DE CÁLCULO?

### **REFERÊNCIA BÁSICA**

VALENZA, Giovanna M.; COSTA, Fernanda S.; BEJA, Louise A.; DIPP, Marcelo D.; DA SILVA, Sílvia C. **Introdução à EaD**. Editora TeleSapiens, 2020.

SANTOS, Tatiana de Medeiros. **Educação a Distância e as Novas Modalidades de Ensino**. Editora TeleSapiens, 2020.

MACHADO, Gariella E. **Educação e Tecnologias**. Editora TeleSapiens, 2020.

### **REFERÊNCIA COMPLEMENTAR**

DUARTE, Iria H. Q. **Fundamentos da Educação**. Editora TeleSapiens, 2020.

DA SILVA, Jessica L. D.; DIPP, Marcelo D. **Sistemas e Multimídia**. Editora TeleSapiens, 2020.

### **PERIÓDICOS**

DA SILVA, Andréa C. P.; KUCKEL, Tatiane. **Produção de Conteúdos para EaD**. Editora TeleSapiens, 2020.

THOMÁZ, André de Faria; BARBOSA, Thalyta M. N. **Pensamento Científico**. Editora TeleSapiens, 2020.

5055	Bioquímica Humana Aplicada à Nutrição	60
------	---------------------------------------	----

### **APRESENTAÇÃO**

Vias metabólicas. Bioenergética e metabolismo oxidativo. Sistema de produção e utilização de energia. Metabolismo de carboidratos. Ciclo dos Ácidos Tricarboxílicos. Cadeia Transportadora de Elétrons. Fosforilação Oxidativa. Digestão e absorção de constituintes nutricionais básicos. Digestão e absorção de carboidratos. Digestão e absorção de proteínas. Digestão e absorção de lipídios. Interrelações metabólicas: Ciclo jejum-alimentação. Efeitos metabólicos da insulina e glucagon. Minerais.

### **OBJETIVO GERAL**

O curso tem como objetivo entender como o corpo humano interage com os alimentos para que assim o nutricionista possa orientar da melhor forma possível uma nutrição saudável.

## **OBJETIVO ESPECÍFICO**

- Explicar a importância da célula.
- Descrever e compreender como é a digestão e absorção dos lipídios e vitaminas lipossolúveis.
- Identificar como ocorre as atividades enzimáticas e coenzimas.
- Interpretar o metabolismo das proteínas.
- Descrever como ocorre o metabolismo e as funções dos minerais.

## **CONTEÚDO PROGRAMÁTICO**

### **UNIDADE I**

COMPREENDENDO COMO FUNCIONA UMA CÉLULA  
MEMBRANA PLASMÁTICA  
ÁGUA  
SISTEMA TAMPÃO

### **UNIDADE II**

COMPREENDENDO O QUE SÃO CARBOIDRATOS  
LIPÍDIOS  
VITAMINAS LIPOSSOLÚVEIS  
DIGESTÃO E ABSORÇÃO DOS LIPÍDIOS NA DIETA

### **UNIDADE III**

COMPREENDENDO O QUE SÃO PROTEÍNAS  
ENZIMAS  
METABOLISMO DOS CARBOIDRATOS  
CICLO DO ÁCIDO CÍTRICO OU CICLO DE KREBS

### **UNIDADE IV**

COMPREENDENDO O METABOLISMO ENERGÉTICO  
METABOLISMO DOS LIPÍDIOS  
METABOLISMO DAS PROTEÍNAS  
METABOLISMO MINERAL

## **REFERÊNCIA BÁSICA**

CHARNEY, Pamela. Água, Eletrolitos e Equilíbrio Ácido-Básico. KRAUSE, MV, MAHAN L. **Alimentos, nutrição e dietoterapia**. Roca, 12ª edição, p.144. 2010.

DE ANDRADE, JC. **Química Analítica Básica: Os conceitos ácido-base e a escala de pH**. Revista Chemkeys, n. 1, p. 1-6, 2010.

JUNQUEIRA LC, Carneiro J. **Biologia celular e molecular**. 9ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, p. 1-17, 2012.

## **REFERÊNCIA COMPLEMENTAR**

JUNQUEIRA LC, CARNEIRO J. **Histologia Básica**. 11ª edição. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan. p.23-50. 2008.

KRAUSE, MV, MAHAN L. **Alimentos, nutrição e dietoterapia**. Roca, 12ª edição, p.144. 2010.

LEVY, Matthew N. et al. **Princípios da função celular**. Elsevier. p.3-19. 2006.

LEVY, MN. et al. **Fisiología: Berne y Levy**. Elsevier. p.3-19. 2006.

MARZZOCO A, TORRES BB. **Bioquímica Básica**, Rio de Janeiro, RJ: Guanabara Koohan, p.3-10, 1999.

MARZZOCO, A; TORRES, BB. **Sistemas tampão**. Rio de Janeiro, RJ: Guanabara Koohan,p.3-10, 1999.

## PERIÓDICOS

OH, MS.; URIBARRI, JM. SHILS, ME. et al. **Nutrição Moderna na saúde e na doença**. 10ª edição.p.161-162. 2009.

SHILS, ME. et al. **Nutrição Moderna na saúde e na doença**. 10ª edição. 2009.

TOLEDO, K. **Estudo confirma como organismo regula níveis elevados de CO2 no sangue**. 2014. <http://agencia.fapesp.br/estudo-confirma-como-organismo-regula-niveis-elevados-de-co2-no-sangue/19110/>.

5060	Fisiologia e Farmacologia	60
------	---------------------------	----

## APRESENTAÇÃO

História e conceitos sobre fisiologia e farmacologia. Membranas e transporte de substâncias. Farmacocinética e farmacodinâmica: definições e diferenças. Modelos farmacocinéticos. Sistema nervoso autônomo. Sistema cardiovascular. Sistema renal. Função hepática. Mecanismos de ação dos fármacos. Reações adversas a medicamentos.

## OBJETIVO GERAL

Esta disciplina visa capacitar o profissional de saúde a entender os fármacos sob o aspecto fisiológico.

## OBJETIVO ESPECÍFICO

- Identificar os componentes da membrana plasmática e todos os tipos de transportes celulares.
- Explicar os conceitos e definições sobre a farmacocinética
- Avaliar e aplicar os conhecimentos referentes ao sistema cardiovascular.
- Identificar as definições e o funcionamento dos mecanismos de ação dos fármacos.

## CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

### UNIDADE I – FISIOLOGIA E FARMACOLOGIA: FUNDAMENTOS

HISTÓRIA DA FISIOLOGIA E DA FARMACOLOGIA

CONCEITOS GERAIS SOBRE FISIOLOGIA E FARMACOLOGIA

MEMBRANAS E TRANSPORTE DE SUBSTÂNCIAS



**UNIDADE II – FARMACOCINÉTICA**

CONCEITOS DE FARMACOCINÉTICA  
MODELOS FARMACOCINÉTICOS  
VARIÁVEIS FARMACOCINÉTICAS  
MONITORAÇÃO TERAPÊUTICA E AJUSTE POSOLÓGICO

**UNIDADE III – SISTEMAS NERVOSO, CARDIOVASCULAR, RENAL E HEPÁTICO**

SISTEMA NERVOSO AUTÔNOMO  
SISTEMA CARDIOVASCULAR  
SISTEMA RENAL  
FUNÇÃO HEPÁTICA

**UNIDADE IV – AÇÃO E REAÇÃO DOS FÁRMACOS**

MECANISMOS DE AÇÃO DOS FÁRMACOS  
TRANSDUÇÃO DE SINAL INTRACELULAR  
TIPOS DE INTERAÇÕES FARMACOLÓGICAS  
REAÇÕES ADVERSAS A MEDICAMENTOS

**REFERÊNCIA BÁSICA**

BRANCO, LSN. Utilização dos Modelos Farmacocinéticos de Base Fisiologica no Desenvolvimento de Novos Fármacos. **Dissertação de Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas pela Universidade Lusofona**, 2013.

BRUNTON, LL.; CHABNER, BA. KNOLLMANN, BC. **As Bases Farmacológicas da Terapêutica de Goodman e Gilman**. São Paulo, 12ª Edição, Editora Mcgraw Hill, 2012.

**REFERÊNCIA COMPLEMENTAR**

GUYTON, AC. & HALL, JE. **Tratado de Fisiologia Médica**. Rio de Janeiro, 13ª Edição, Editora Elsevier, 2017.

KATZUNG, BG. **Farmacologia Básica e Clínica**. Rio de Janeiro. 8ª Edição, Editora Guanabara Koogan.

LUNARDELLI, MJM.; BECKER, MW. & BLATT, CR. Lesão Hepática Induzida por Medicamentos: Qual o Papel do Farmacêutico Clínico? **Rev. Bras. Farm. Hosp. Serv. Saúde São Paulo** 7(4): 31-35, 2016.

PEREIRA, DG. Importância do Metabolismo no Planejamento de Fármacos. **Quim. Nova**. 30(1): 171-177, 2007.

ROWLAND, M., PECK, C., & TUCKER, G. **Physiologically-based pharmacokinetics in drug development and regulatory science**. PA51CH03- Rowland, 45-73., 2010.

**PERIÓDICOS**

SANTOS, S.S.F., et al. **Inovação terapêutica no diabetes mellitus: riscos e benefícios da insulina inalatória**.  
Revista Expressão Católica.  
Disponível em <http://201.20.115.105/home/bitstream/123456789/206/1/1425-3419-1-PB.pdf>

TORTORA, GJ. **Princípios de Anatomia Humana**. Rio de Janeiro, 10ª Edição, Editora Guanabara Koogan, 2011.

## APRESENTAÇÃO

Técnica de planejamento, estruturação e controle de cardápios. Padronização quantitativa de preparações. Análise da relação custo/valor nutricional dos alimentos e controle de custos na alimentação. Os tipos mais usuais de planejamento: convencional, básico e opcional. Cardápios cotidianos e formais. Planejamento, execução e avaliação de cardápios.

## OBJETIVO GERAL

Fornecer uma refeição nutricionalmente equilibrada, com bom nível de sanidade para manutenção e/ou recuperação da saúde daqueles que a consumirem e auxiliando no desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis.

## OBJETIVO ESPECÍFICO

- Explicar as características e aplicações de alimentos funcionais.
- Explicar as diferenças que norteiam cardápios para indivíduos enfermos versus sadios.
- Definir as características importantes da técnica dietética para elaboração de cardápios em alimentação escolar.
- Explicar as definições e características da dieta para portadores de patologias do sistema digestivo - gastrite, doença celíaca, diarreia e constipação.

## CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

### UNIDADE I

PRINCIPAIS TERMOS E CONCEITOS RELACIONADOS À TÉCNICA DIETÉTICA AVANÇADA (TDA)  
GASTRONOMIA HOSPITALAR: HISTÓRICO E APLICAÇÃO NOS DIAS ATUAIS  
PRINCIPAIS CARACTERÍSTICAS DOS ALIMENTOS FUNCIONAIS  
ALIMENTAÇÃO VEGETARIANA E MACROBIÓTICA: PRINCÍPIOS, CARACTERÍSTICAS E APLICAÇÃO

### UNIDADE II

OS PRINCIPAIS CONCEITOS, CRITÉRIOS E PADRÕES DE CARDÁPIOS  
AS FORMAS DE AVALIAÇÃO DO PLANEJAMENTO, FICHAS TÉCNICAS DE PREPARO  
AS CARACTERÍSTICAS DOS CARDÁPIOS DE COLETIVIDADES  
AS DIFERENÇAS QUE NORTEIAM CARDÁPIOS PARA INDIVÍDUOS ENFERMOS VERSOS SADIOS

### UNIDADE III

CARACTERÍSTICAS IMPORTANTES DA TÉCNICA DIETÉTICA PARA ELABORAÇÃO DE CARDÁPIOS EM ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
FORTIFICAÇÃO DE ALIMENTOS NO BRASIL E NO MUNDO: CARACTERÍSTICAS, IMPORTÂNCIA E FINALIDADE  
CARACTERÍSTICAS IMPORTANTES DA TÉCNICA DIETÉTICA PARA ELABORAÇÃO DE CARDÁPIOS PARA TRABALHADORES  
CARACTERÍSTICAS IMPORTANTES DA TÉCNICA DIETÉTICA PARA ELABORAÇÃO DE CARDÁPIOS HOSPITALARES

### UNIDADE IV

DEFINIÇÕES E CARACTERÍSTICAS DA DIETA PARA INDIVÍDUOS COM OBESIDADE E DIABETES MELLITUS  
CARACTERÍSTICAS RELACIONADAS À DIETA PARA HIPERTENSÃO, DOENÇAS CARDIOVASCULARES E

## DISLIPIDEMIAS

CARACTERIZANDO O PACIENTE RENAL E SUAS PARTICULARIDADES VOLTADAS À ALIMENTAÇÃO

OBJETIVOS DA DIETA PARA PORTADORES DE PATOLOGIAS DO SISTEMA DIGESTIVO: GASTRITE, DOENÇA CELÍACA, DIARREIA E CONSTIPAÇÃO

## REFERÊNCIA BÁSICA

ABREU, E. S. SPINELLI, M. G. N. PINTO, A. M. de S. **Gestão de Unidades de Alimentação e Nutrição: um Modo de Fazer**. 4 ed. São Paulo: Metha, 2011.

BENTO, A. P. L. **Manual do Paciente em Terapia Nutricional. Dissertação: Elaboração de dietas enterais manipuladas, análise de sua composição nutricional e qualidade microbiológica**. Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, USP. Ribeirão Preto, 2010.

BRASIL - MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Resolução - RDC N 275, de 21 de outubro de 2002**. Anvisa, v. 2002, p. 1–23, 2002.

BRASIL, M. DA E. **Alimentação e nutrição no Brasil**. [s.l: s.n.].

BRASIL. **Carências de micronutrientes**. Ministério da Saúde. Brasília-DF, 2007. Acesso em < <http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/abccad20.pdf>>.

## REFERÊNCIA COMPLEMENTAR

BRASIL. **Cartilha nacional de alimentação escolar**. Ministério da saúde. Brasília-DF. 2015. Acesso em < <https://bit.ly/38WKrk> >.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **NutriSUS: guia de evidências: estratégia de fortificação da alimentação infantil com micronutrientes (vitaminas e minerais) em pó** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Gestão e Incorporação de Tecnologias em Saúde. **Suplemento alimentar com múltiplos micronutrientes em pó para implantação do NutriSUS**. Relatório de Recomendação da Comissão Nacional de Incorporação de Tecnologias no SUS – CONITEC. 2014a.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. **Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição**. Alimentos Regionais Brasileiros. Brasília, 2002.

BRASIL. Ministério do Trabalho. **Decreto n. 5, de 14 de janeiro de 1991**. Regulamenta a Lei nº 6.321, de 14 de abr. de 1976, que trata do Programa de Alimentação do Trabalhador, revoga o Decreto nº 78.676, de 8 de Nov. de 1976, e dá outras providências.

CUKIER, V. **Técnica Dietética**. Londrina-PR: Editora e Distribuidora Educacional, 2018.

DUTRA E.; CARVALHO K.M. **Planejamento e Preparo de refeições saudáveis na Alimentação Escolar**. 4.ed. atualizada e revisada – Cuiabá: Universidade Federal de Mato Grosso/Rede e-Tec Brasil, 2013.

## PERIÓDICOS

ENNS, S.E. "Why Eat the Rainbow?—Inviting Students to Voluntarily Eat More Vegetables and Fruit." Issues and Directions for Home Economics/Family Studies/Human Ecology Education February 24-26, London, Ontario (2017): 112. 2017.

GASTRONOMÍA, L. A. et al. **a Gastronomia No Contexto Da Hotelaria Hospitalar?: Um Estudo De Caso Na Cidade Do Rio De Janeiro**, Rj, Brasil *Gastronomy in the Context of the Hospital Hotels?: a Case Study in Rio De Janeiro*, Rj, Brazil *Estudio De Caso En La Ciudad Del Río De Janeiro*. v. 14, p. 1–13, 2017.

HOME FORTIFICATION-TECHNICAL ADVISORY GROUP. **Programatic Guidance Brief on use of Micronutrient Powder (MNP) for Home Fortification**. HF-TAG: 2011.

INTERNATIONAL FOOD INFORMATION COUNCIL **Eat a Rainbow: Functional Foods and Their Colorful Components**. 2015.

NASIR, M.U., HUSSAIN S. **"Tomato processing, lycopene and health benefits: A review."** *Sci Lett* 3.1: 1-5. 2015.

ORNELLAS, L. H.; **Técnica Dietética: seleção e preparo de alimentos**, 8ª ed., São Paulo: Atheneu, 2001.

4847	Pensamento Científico	60
------	-----------------------	----

## APRESENTAÇÃO

A ciência e os tipos de conhecimento. A ciência e os seus métodos. A importância da pesquisa científica. Desafios da ciência e a ética na produção científica. A leitura do texto teórico. Resumo. Fichamento. Resenha. Como planejar a pesquisa científica. Como elaborar o projeto de pesquisa. Quais são os tipos e as técnicas de pesquisa. Como elaborar um relatório de pesquisa. Tipos de trabalhos científicos. Apresentação de trabalhos acadêmicos. Normas das ABNT para Citação. Normas da ABNT para Referências.

## OBJETIVO GERAL

Capacitar o estudante, pesquisador e profissional a ler, interpretar e elaborar trabalhos científicos, compreendendo a filosofia e os princípios da ciência, habilitando-se ainda a desenvolver projetos de pesquisa.

## OBJETIVO ESPECÍFICO

- Compreender a importância do Método para a construção do Conhecimento.
- Compreender a evolução da Ciência.
- Distinguir os tipos de conhecimentos (Científico, religioso, filosófico e prático).

## CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

### UNIDADE I – INICIAÇÃO CIENTÍFICA

A CIÊNCIA E OS TIPOS DE CONHECIMENTO

A CIÊNCIA E OS SEUS MÉTODOS

A IMPORTÂNCIA DA PESQUISA CIENTÍFICA

DESAFIOS DA CIÊNCIA E A ÉTICA NA PRODUÇÃO CIENTÍFICA

### UNIDADE II – TÉCNICAS DE LEITURA, RESUMO E FICHAMENTO

A LEITURA DO TEXTO TEÓRICO

RESUMO

FICHAMENTO

RESENHA

### UNIDADE III – PROJETOS DE PESQUISA

COMO PLANEJAR A PESQUISA CIENTÍFICA?

COMO ELABORAR O PROJETO DE PESQUISA?  
QUAIS SÃO OS TIPOS E AS TÉCNICAS DE PESQUISA?  
COMO ELABORAR UM RELATÓRIO DE PESQUISA?

#### **UNIDADE IV – TRABALHOS CIENTÍFICOS E AS NORMAS DA ABNT**

TIPOS DE TRABALHOS CIENTÍFICOS  
APRESENTAÇÃO DE TRABALHOS ACADÊMICOS  
NORMAS DAS ABNT PARA CITAÇÃO  
NORMAS DA ABNT PARA REFERÊNCIAS

#### **REFERÊNCIA BÁSICA**

THOMÁZ, André de Faria; BARBOSA, Thalyta M. N. **Pensamento Científico**. Editora TeleSapiens, 2020.

VALENTIM NETO, Adauto J.; MACIEL, Dayanna dos S. C. **Estatística Básica**. Editora TeleSapiens, 2020.

FÉLIX, Rafaela. **Português Instrumental**. Editora TeleSapiens, 2019.

#### **REFERÊNCIA COMPLEMENTAR**

VALENZA, Giovanna M.; COSTA, Fernanda S.; BEJA, Louise A.; DIPP, Marcelo D.; DA SILVA, Silvia Cristina. **Introdução à EaD**. Editora TeleSapiens, 2020.

OLIVEIRA, Gustavo S. **Análise e Pesquisa de Mercado**. Editora TeleSapiens, 2020.

#### **PERIÓDICOS**

CREVELIN, Fernanda. **Oficina de Textos em Português**. Editora TeleSapiens, 2020.

DE SOUZA, Guilherme G. **Gestão de Projetos**. Editora TeleSapiens, 2020.

5061	Suplementação Nutricional, Recursos Ergonômicos e Fitoterápicos no Esporte	60
------	--	----

#### **APRESENTAÇÃO**

Carboidratos, proteínas, lipídios, água, vitaminas, minerais e fibras. Bases fisiológicas para a suplementação nutricional. Recursos ergogênicos. Anabolizantes. Recursos fitoterápicos. Treinamento de força e intermitente. Jogos desportivos e atividades de combate.

#### **OBJETIVO GERAL**

Esta disciplina tem por objetivo munir o nutrólogo, nutricionista e outros profissionais que atuam na área de nutrição e dietética, das competências e tecnologias para a otimização do desempenho esportivo e tratamento fitoterápico.

#### **OBJETIVO ESPECÍFICO**

- Entender a atuação dos carboidratos e proteínas no organismo humano.

- Avaliar a importância e a atuação dos lipídios e da água no organismo.
- Compreender as bases fisiológicas para a suplementação nutricional.

## **CONTEÚDO PROGRAMÁTICO**

### **UNIDADE I – ELEMENTOS QUÍMICOS FUNDAMENTAIS NA DIETA**

CARBOIDRATOS E PROTEÍNAS

LIPÍDIOS E ÁGUA

VITAMINAS, MINERAIS E FIBRAS

DIETAS

### **UNIDADE II – SUPLEMENTAÇÃO NUTRICIONAL**

BASES FISIOLÓGICAS PARA A SUPLEMENTAÇÃO NUTRICIONAL

SUPLEMENTOS NUTRICIONAIS

SUPLEMENTAÇÃO DE CARBOIDRATOS E LIPÍDIOS

SUPLEMENTAÇÃO DE PROTEÍNAS

### **UNIDADE III – RECURSOS ERGOGÊNICOS E FITOTERÁPICOS**

RECURSOS ERGOGÊNICOS

ANABOLIZANTES

RECURSOS FITOTERÁPICOS, UMA VISÃO GERAL

“TRIBULUS TERRESTRIS” E O GENGIBRE

### **UNIDADE IV – ESFORÇOS EM JOGOS E TREINAMENTOS**

TREINAMENTO DE FORÇA

TREINAMENTO INTERMITENTE

JOGOS DESPORTIVOS – FUTEBOL

ATIVIDADES DE COMBATE – JUDÔ

## **REFERÊNCIA BÁSICA**

BIESEK, S.; ALVES, LA. & GUERRA, I. **Estratégias da nutrição**. 3ª Edição, Barueri, Editora Manole, 2015.

COSTA, TMRL. & BORBA, VZC. Suplementos nutricionais. **Rev. Med. UFPR** 2(3): 123-133, 2015.

## **REFERÊNCIA COMPLEMENTAR**

CURI, TCP. **Fisiologia do Exercício**. Rio de Janeiro, Editora Guanabara Koogan, 2013.

DAU, APA. **Bioquímica Humana**. São Paulo, Editora Pearson, 2015.

GALANTE, F. & ARAÚJO, MVF. **Princípios da Bioquímica para Universitários, Técnicos e Profissionais da Área de Saúde**. Editora Rideel, São Paulo, 2018.

## **PERIÓDICOS**

GOSTON, JL. Recursos Ergogênicos Nutricionais: Atualização sobre a Cafeína no Esporte. **Rev. Nutrição e Esporte**. 1-6, 2011.

GUALANO, B.; BENATTI, FB.; FERREIRA, JCB.; FRANCHINI, E.; BRUM, PC. & JUNIOR, AHL. Efeitos da suplementação de creatina no exercício intermitente da alta intensidade: divergências e recomendações metodológicas. **Rev. Bras. Cineantropom. Desempenho Hum.** 10(2): 189-196, 2008.

GUERRA, I.; SOARES, EA. & BURINI, RC. Aspectos nutricionais do futebol de competição. **Rev Bras Med Esporte.** 7(6): 200-206, 2001.

GUYTON, AC. & HALL, JE. **Tratado de Fisiologia Médica.** Rio de Janeiro, 13ª Edição, Editora Elsevier, 2017.

Image not found or type unknown

4872	Trabalho de Conclusão de Curso	80
------	--------------------------------	----

## APRESENTAÇÃO

Elaboração do Trabalho de conclusão de curso pautado nas Normas aprovadas pelo Colegiado do Curso, utilizando conhecimentos teóricos, metodológicos e éticos sob orientação docente. Compreensão dos procedimentos científicos a partir de um estudo de um problema de saúde; desenvolvimento de habilidades relativas às diferentes etapas do processo de pesquisa; aplicação de um protocolo de pesquisa; elaboração e apresentação do relatório de pesquisa.

## OBJETIVO GERAL

Construir conhecimentos críticos reflexivos no desenvolvimento de atitudes e habilidades na elaboração do trabalho de conclusão de curso.

## OBJETIVO ESPECÍFICO

- Revisar construindo as etapas que formam o TCC: artigo científico.
- Capacitar para o desenvolvimento do raciocínio lógico a realização da pesquisa a partir do projeto de pesquisa elaborado.

## CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

A Pesquisa Científica;

Estrutura geral das diversas formas de apresentação da pesquisa;

Estrutura do artigo segundo as normas específicas;

A normalização das Referências e citações.

## REFERÊNCIA BÁSICA

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **NBR 6028:** informação e documentação – resumo, resenha e resenha - apresentação. Rio de Janeiro: ABNT, 2021.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia científica.** 3. ed. rev. e ampl. São Paulo: Atlas, 1991.

SEVERINO, Antonio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico.** 23. ed., rev. e atual. São Paulo: Cortez, 2007.

VOLPATO, Gilson Luiz. Como escrever um artigo científico. **Anais da Academia Pernambucana de Ciência Agrônômica**, Recife, v. 4, p.97-115, 2007. Disponível em:

<http://www.journals.ufrpe.br/index.php/apca/article/view/93>. Acesso em 04 jul. 2018.

#### REFERÊNCIA COMPLEMENTAR

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia científica**. 3. ed. rev. e ampl. São Paulo: Atlas, 1991.

SEVERINO, Antonio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico**. 23. ed., rev. e atual. São Paulo: Cortez, 2007.

#### PERIÓDICOS

VOLPATO, Gilson Luiz. Como escrever um artigo científico. **Anais da Academia Pernambucana de Ciência Agrônômica**, Recife, v. 4, p.97-115, 2007. Disponível em:

<http://www.journals.ufrpe.br/index.php/apca/article/view/93>. Acesso em 04 jul. 2018.

Avaliação será processual, onde o aluno obterá aprovação, através de exercícios propostos e, atividades programadas, para posterior. O aproveitamento das atividades realizadas deverá ser igual ou superior a 7,0 (sete) pontos, ou seja, 70% de aproveitamento.

### SUA PROFISSÃO NO MERCADO DE TRABALHO

O curso é destinado aos profissionais da saúde e, em específico, aos profissionais da saúde nutricional ou de áreas afins, tais como: nutricionistas, professores dos cursos de nutrição, estudantes, pesquisadores, médicos e demais interessados no estudo da área. Ressalta-se que o curso de Pós-Graduação em Nutrição e Dietética não habilita para o exercício da profissão de Nutricionista, exceto quando o profissional possui Graduação em Nutrição.