

UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE – UNICENTRO.
Campus Universitário de Guarapuava
Setor de Ciências da Saúde
Departamento de Nutrição

Curso: Nutrição
Disciplina: Nutrição e dietética
C/H semanal: 03 horas / aula

Série: 2º
Turno: Integral
C/H total: 102 horas / aula

Ano: 2010
Código: 1589-DENUT

EMENTA

Conceitos e fatores a considerar, no planejamento dietético. Dieta normal. Alimentação nos diferentes momentos biológicos: adulto, adolescente, atleta e terceira idade. Nutrição em coletividade sadia. Lista de substitutos de alimentos. Requerimentos e recomendações de energia e nutrientes.

I.OBJETIVOS

1. Capacitar o aluno a determinar as necessidades nutricionais dos indivíduos de diferentes faixas etárias;
2. Capacitar o aluno para o planejamento e avaliação de dietas balanceadas de acordo com as recomendações nutricionais do indivíduo e da coletividade
3. Capacitar o aluno para elaboração e interpretação da lista de substituição

II.PROGRAMA

1. Introdução ao estudo da nutrição e dietética: conceitos e bases da dieta normal
2. Características fisiológicas e emocionais de adolescente; adulto, terceira idade e atleta;
3. Alimentação normal: características, recomendações, planejamento, análise e adequação da alimentação para necessidades diárias de adolescente; adulto, terceira idade e atleta
4. Necessidades nutricionais: cálculos das necessidades nutricionais de adolescente, adulto, terceira idade e atleta; recomendações nutricionais para adolescente, adulto, terceira idade e atleta
5. Planejamento geral de dietas: elaboração de dietas; utilização de tabela de composição química de alimentos; análise e adequação de dietas; utilização de lista de substitutos de alimentos

III.METODOLOGIA DE ENSINO

1. Aulas expositivas com auxílio de recursos audiovisuais;
2. Aulas práticas de cálculo de dieta no laboratório de informática;
3. Aulas práticas de planejamento e execução de dietas;
4. Aulas práticas no Ambulatório de Nutrição;
5. Estudo de caso;
6. Discussão de artigos.

IV. FORMAS DE AVALIAÇÃO

V.

1. Assiduidade;
2. Participação nas aulas;
3. Trabalhos de pesquisa e práticos em sala de aula;
4. Provas

V. BIBLIOGRAFIA

1. Básica

CUPPARI, L. Guias de Medicina Ambulatorial e Hospitalar – Guia de nutrição Clínica do Adulto. 2. ed. São Paulo: Manole, 2005.

FRANCO, G. Tabela de Composição Química dos Alimentos. 9. ed. Rio de Janeiro: Atheneu, 1996.

MAHAN, L. K.; ARLIN, M. T. Krause: alimentos, nutrição e dietoterapia. São Paulo: Roca, 1994.

OLIVEIRA, J. E. D. Ciências Nutricionais. São Paulo: Sarvier, 1998.

SÁ, N. G. de. Nutrição e Dietética. São Paulo: Nobel, 1990.

SIZARET, F.; JARDIN, C. Estudo Nacional de Despesa Familiar – Tabela de Composição de Alimentos / IBGE. Rio de Janeiro: IBGE, 1999.

WILLIAMS, S. R.. Fundamentos de Nutrição e Dietoterapia. 6. ed. Porto alegre: Artes Médicas, 1997.

Tabela brasileira de composição de alimentos / NEPA – UNICAMP – VERSÃO II. 2. ed. Campinas, SP: NEPA-UNICAMP, 2006.

PINHEIRO, A.B.V.; LACERDA, E.M.A; BENZECRY, E.H.; GOMES, M.C.S.; COSTA, V. M. Tabela para valiação de consumo alimentar em medidas caseiras. 5. ed. São Paulo: Atheneu, 2004.

SHILS, M. E. et al. Tratado de nutrição moderna na saúde e na doença. 9. ed. Barueri: Manole, 2003.

VITOLLO, M. R. Nutrição: da gestação à adolescência. Rio de Janeiro: Reichmann & Afonso Editores, 2003.

WAITZBERG, D. L. Nutrição oral, enteral e parenteral na prática clínica. 3. ed. São Paulo: Atheneu, 2000.

2.Complementar

BASSOUL, E.; BRUNO, P.. Nutrição e Dietética. 2. ed. Rio de Janeiro: Senac Nacional, 1998.

FRANK, A. A. Nutrição no Envelhecer. São Paulo: Atheneu, 2002.

LEHNINGER, A. L. Princípios de Bioquímica. 2.ed. São Paulo: Sarvier, 1995.

LEITE, P. F. Vitaminas: o papel antioxidante: aspectos clínicos e terapêuticos. Belo Horizonte: Health, 1997.

MEZOMO, I. B. Os Serviços de Alimentação – Planejamento e Administrar. 5. ed. São Paulo: Manole, 2002.

PHILIPPI, S. T. Tabela de Composição de Alimentos: suporte para decisão nutricional. 2. ed. São Paulo: Coronário,2002.

SILVA, M. R. Manual de Nutrição e Dietética. 2. ed. Goiânia: UFG, 1999.

TEICHMANN, I. M. Cardápios – Técnicas e Criatividade. 5. ed. Caxias do Sul: EDUCS, 2000.

ZABOTO, C. B. Registro Fotográfico para Inquéritos Dietéticos. Goiânia: Metha, 1996.

SANTOS, A.F.L. Guia prático de dietas enterais.São Paulo: Atheneu, 2006

LEÃO, L.S.C.S.; GOMES, M.C.R. Manual de nutrição clínica: para atendimento ambulatorial do adulto. Rio de Janeiro: Vozes, 2003.

ISOSAKI, M.; CARDOSO, E. Manual de dietoterapia & avaliação nutricional do serviço de nutrição e dietética do Instituto do Coração. São Paulo: Atheneu, 2004.

Aprovado em: 26/02/2010

Ata nº 02/10

Vice-Chefe de Departamento: _____
Paula Chuproski

Nome do Professor: _____
Teste seletivo a ser contratado