



UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

Reconhecida pelo Decreto Estadual nº 3.444, de 8 de agosto de 1997

Ano	2022
Tp. Período	Anual
Curso	NUTRIÇÃO (220)
Disciplina	1580 - NUTRIÇÃO BÁSICA
Turma	NUI

Carga Horária: 68

PLANO DE ENSINO

EMENTA

Introdução à nutrição humana. Alimentos e nutrientes: classificação, fontes alimentares e funções. Digestão, absorção e metabolismo dos macronutrientes. Nutrição e fibras. Água. Vitaminas e Minerais: conceito, fontes, funções, carências e excessos.

I. Objetivos

1. Apresentar conceitos básicos referentes à Ciência da Nutrição;
2. Especificar e conhecer os macro e micronutrientes e suas funções no organismo;
3. Compreender as relações básicas entre os alimentos e o corpo humano na manutenção da saúde, seus metabolismos, fontes alimentares, deficiências, toxicidade e biodisponibilidade.

II. Programa

- 1) Introdução ao Estudo da Nutrição;
- 2) Conceitos Básicos de Nutrição Humana. Alimentos e Nutrientes (Classificação, Fontes Alimentares e Funções; 3) Grupos de Alimentos, Pirâmide de Alimentos, Leis da Alimentação, Proporção entre Macronutrientes e Micronutrientes; 4) Carboidratos: Classificação, Funções, Fontes, Digestão, Absorção e Metabolismo;
- 5) Proteínas: Classificação, Funções, Fontes, Digestão, Absorção e Metabolismo; 6) Lipídios: Classificação, Funções, Fontes, Digestão, Absorção e Metabolismo; 7) Edulcorantes: definição, funcionalidade, fontes e características químicas 8) Fibras alimentares;
- 9) Fatores antinutricionais em alimentos;
- 10) Classificação, Funções, Fontes, Digestão, Absorção e Metabolismo:
 - Água e eletrólitos;
 - Vitaminas lipossolúveis: A, D, E e K;
 - Vitaminas hidrossolúveis: B1, B2, B3, B6, B12, Ácido Fólico, Biotina, Ácido Pantotênico e Vitamina C;
 - Minerais e oligoelementos: Cálcio, Magnésio, Fósforo, Sódio, Cloro, Ferro, Zinco, Cobre, Selênio, Iodo, Manganês, Flúor e Cromo.

III. Metodologia de Ensino

- Aulas expositivas com auxílio de recursos audiovisuais;
- Estudo dirigido;
- Seminários de pesquisa;
- Discussão de artigos.

IV. Formas de Avaliação

- Participação nas aulas;
- Trabalhos de pesquisa, estudos de caso, trabalhos de campo e práticos em sala de aula;
- Seminários de pesquisa em relação à atualizações científicas;
- Provas teóricas e práticas;
- Registros pessoais em relação ao conteúdo abordado em sala de aula.
- Os alunos que não conseguirem alcançar a média, será feita uma avaliação final.

V. Bibliografia

Básica

- ANDERSON, L. et al. Nutrição. 17. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1988. CALDAS, C. P. A saúde do idoso: a arte de cuidar. Rio de Janeiro: Ed UERJ, 1998. COZZOLINO, S. M. F. Biodisponibilidade de nutrientes. Barueri: Manole, 2005.
- FALCÃO, M. C.; CARRAZZA, F. R. Manual básico de apoio nutricional em pediatria. São Paulo: Atheneu, 1999. FRANCO, G. Tabela de Composição Química dos Alimentos. 9. ed. São Paulo: Atheneu, 1999.
- MAHAN, L. K; ESCOTT-STUMP, S. RAYMOND, J. L. Krause, Alimentos, Nutricão e Dietoterapia, 14a ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2018.
- OLIVEIRA, J. E. D. de; MARCHINI, J. S. Ciências nutricionais. São Paulo: Sarvier, 1998. PECKENPAUGH, N. J.; POLEMAN, C. Nutrição: essência e dietoterapia. 7. ed. São Paulo: Roca, 1997. SHILS, M. E. et al. Tratado de nutrição moderna na saúde e na doença. 9. ed. Barueri: Manole, 2003. SIZER, F. S.; WHITNEY, E. N. Nutrição: Conceitos e Controvérsias. Barueri: Manole, 2003.
- TIRAPEGUI, J. Nutrição: Fundamentos e aspectos atuais. São Paulo: Atheneu, 2002.
- WAITZBERG, D. L. Nutrição oral, enteral e parenteral na prática clínica. 3. ed. São Paulo: Atheneu, 2000. WILLIAMS, S. R. Fundamentos de Nutrição e Dietoterapia. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 1997.
- WHITNEY E. ROLFES S.R. Entendendo os Nutrientes. Volume 1. Cengage Learning. 2008.



UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

Reconhecida pelo Decreto Estadual nº 3.444, de 8 de agosto de 1997

Ano	2022
Tp. Período	Anual
Curso	NUTRIÇÃO (220)
Disciplina	1580 - NUTRIÇÃO BÁSICA
Turma	NUI

Carga Horária: 68

PLANO DE ENSINO

Complementar

~~Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de atenção à saúde. departamento de atenção Básica. Guia alimentar para a População Brasileira / Ministério da Saúde, secretaria de atenção à saúde, departamento de atenção Básica. – 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014. 156p.~~
Cozzolino, S.M.F.. Biodisponibilidade de Nutrientes. 4. ed. Barueri, São Paulo: Editora Manole Ltda, 2012. v. 1. 1334p
COZZOLINO, S.M.F.; COMINETTI, C. Bases Bioquímicas e Fisiológicas da Nutrição: nas Diferentes Fases da Vida, na Saúde e na Doença. 1. ed. Barueri: Manole, 2013. v. 1. 1257p .
GIBNEY, M. J.; MACDONALD, I. A.; ROCHE, H. M. Nutrição e metabolismo. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006. GIBNEY, M. J.; VORSTER, H. H.; KOK, F. J. Introdução à nutrição humana. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005. MAHAN, L. K.; STUMP, S. E. Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. 10. ed. São Paulo: Roca, 2012.
RIBEIRO, Sandra Maria Lima; MELO, Camila Maria de; TIRAPÉGUI, Julio. Avaliação do nutricional: teoria & prática. 2. ed. Rio de Janeiro, RJ: Guanabara Koogan, 2018. 324 p. ISBN 978-
SHILS, M.E.; SHIKE, M.; ROSS, A.C.; CABALLERO, B.; COUSINS, R.J. Nutrição Moderna na Saúde e na Doença. 11ed. São Paulo: Manole, 2016 Periódicos indexados nacionais e internacionais pelos sites: <http://www.scielo.br>, <http://www.periodicos.capes.gov.br>,
Capítulos de livros que serão disponibilizados aos acadêmicos:
SCHIEFERDECKER, MARIA ELIANA MADOLOZZO; THIEME, R. D.; HAUSCHILD, D. B. Vitaminas, minerais e eletrólitos: aspectos fisiológicos, nutricionais e dietéticos. 1. ed. Editora Rubio, 2015. v. 1. 344p.
APROVAÇÃO
Inspetoria: DENUT/G
Tp. Documento: Ata Departamental
Documento: 12/2022
Data: 13/06/2022

APROVAÇÃO

Inspetoria: DENUT/G
Tp. Documento: Ata Departamental
Documento: 12/2022
Data: 06/06/2022