UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

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

Ano	**2023**
Tp. Período	**Anual**
Curso	**NUTRIÇÃO (220)**
Disciplina	**5310 - INTRODUCAO A ALIMENTACAO E NUTRICAO**
Turma	**NUI**
Local	**CEDETEG**

Carga Horária: **68**

PLANO DE ENSINO

EMENTA

Conhecimentos básicos da ciência da Nutrição. Alimentos e nutrientes: classificação, fontes alimentares, funções, digestão, absorção e metabolismo, carências e excessos de macronutrientes, micronutrientes, fibras alimentares, água, edulcorantes e fatores antinutricionais. Profissional nutricionista e suas áreas de atuação. Atividades profissionais, com entidades de classe, profissionais e disciplinas do curso de Graduação em Nutrição.

I. Objetivos

Conhecer as áreas de atuação da nutrição e a atuação profissional;
Apresentar conceitos básicos referentes à ciência da nutrição;
Explicar os macro e micronutrientes e suas funções no organismo;
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. Áreas de atuação do nutricionista e regulamentação profissional;
3. Estrutura curricular da graduação em nutrição de acordo com as áreas de atuação;
4. Conceitos básicos de nutrição humana. alimentos e nutrientes (classificação, fontes alimentares e funções;
5. Grupos de alimentos, leis da alimentação, proporção entre macronutrientes e micronutrientes;
6. Carboidratos: classificação, funções, fontes, digestão, absorção e metabolismo;
7. Proteínas: classificação, funções, fontes, digestão, absorção e metabolismo;
8. Lipídios: classificação, funções, fontes, digestão, absorção e metabolismo;
9. Edulcorantes: definição, funcionalidade, fontes e características químicas;
10. Fibras alimentares;
11. Fatores antinutricionais em alimentos;
12. 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;
Aulas com utilização de metodologias ativas;
Leitura e discussão de textos;
Discussão de artigos;
Exercícios teóricos e práticos;
Apresentação de seminários;
Atividades de extensão em campos de atuação do nutricionista.

IV. Formas de Avaliação

Participação e realização de atividades nas aulas;
Trabalhos de pesquisa, trabalhos de campo e práticos em sala de aula;
Seminários de pesquisa;
Avaliações teóricas;
Avaliação da extensão será por meio da participação e da apresentação das atividades realizadas.
Atividade avaliativa de recuperação no final de cada semestre. Será calculada média com a nota do semestre e a nota da avaliação. Ao final do ano letivo, o acadêmico que atingir média final igual ou superior a 7,0 (sete) será aprovado na disciplina.

V. Bibliografia

Básica

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.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

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

Ano	**2023**
Tp. Período	**Anual**
Curso	**NUTRIÇÃO (220)**
Disciplina	**5310 - INTRODUCAO A ALIMENTACAO E NUTRICAO**
Turma	**NUI**
Local	**CEDETEG**

Carga Horária: **68**

PLANO DE ENSINO

CARDOSO, M. A. Nutrição e dietética. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2019. 400 p.
COMINETTI, C.; COZZOLINO, S. M. F. Bases bioquímicas e fisiológicas da nutrição: nas diferentes fases da vida, na saúde e na doença. 2. ed. rev. e atual. Barueri [SP]: Manole, 2020. 1370 p.
COZZOLINO, S. M. F. Biodisponibilidade de Nutrientes. 6. ed. Barueri [SP]: Manole, 2020. 934 p.
CUKIER, C. Macro e micronutrientes em nutrição clínica. 1. ed. Barueri [SP]: Manole, 2020. 682 p.
LANHAM-NEW, S. A. Introdução à nutrição humana. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2022. 520 p.
LARA, R. S. Nutrição: visão atual e do futuro. 1. ed. Barueri [SP]: Manole, 2018. 248 p.
LEMOS, A. Alimentação e nutrição para o cuidado multiprofissional. 1. ed. Barueri [SP]: Manole, 2021. 586 p.
ROSSI, L. Tratado de nutrição e dietoterapia. 1. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2019. 1112 p.

Complementar

ALVARENGA, M. Nutrição comportamental. 2. ed. Barueri [SP]: Manole, 2019. 596 p.
APPOLINARIO, J. C. Transtornos alimentares: diagnóstico e manejo. Porto Alegre: Artmed, 2022. 370 p.
CLARK, N. Guia de nutrição esportiva: recursos nutricionais para pessoas ativas. 6. ed. Santana de Parnaíba [SP]: Manole, 2021. 532 p.
DIEZ-GARCIA, R. W. Mudanças alimentares e educação alimentar e nutricional. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017. 381 p.
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.
MARCHIONI, D. M. L. Sistemas alimentares e alimentação sustentável. 1. ed. Santana de Parnaíba [SP]: Manole, 2022. 210 p.
MUSSOI, T. D. Nutrição: curso prático. 1. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017. 427 p.
OLIVEIRA, J. M. Nutrição em saúde coletiva. 1. ed. Barueri [SP]: Manole, 2022. 230 p.
PHILIPPI, S. T. Nutrição e alimentação vegetariana: tendência e estilo de vida. 1. ed. Santana de Parnaíba [SP]: Manole, 2022. 688 p.
PHILIPPI, S. T. Nutrição e gastronomia. 1. ed. Barueri [SP]: Manole, 2018. 512 p.
PHILIPPI, S. T. Nutrição e técnica dietética. 4. ed. Barueri [SP]: Manole, 2019. 442 p.
PHILIPPI, S. T.; ALVARENGA, M. Transtornos alimentares: uma visão nutricional. Barueri, SP: Manole, 2004. 227 p.
RAYMOND, J. L. Krause & Mahan: alimentos, nutrição e dietoterapia. 15. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2022. 1208 p.
RIBEIRO, Sandra Maria Lima; MELO, Camila Maria de; TIRAPEGUI, Julio. Avaliação nutricional: teoria & prática. 2. ed. Rio de Janeiro, RJ: Guanabara Koogan, 2018. 324 p.
SANTOS, E. C. Descomplicando a nutrição: fundamentos, aplicações e inovações na área alimentar. São Paulo: Érica, 2018. 240 p.
SCHIEFERDECKER, M. E. M. Vitaminas, minerais e eletrólitos: aspectos fisiológicos, nutricionais e dietéticos. 1. ed. Editora Rubio, 2015. 344 p.
SHILS, M. E. et al. Tratado de nutrição moderna na saúde e na doença. 9. ed. Barueri: Manole, 2003.
YONAMINE, G. H. Alergia alimentar: alimentação, nutrição e terapia nutricional. 1. ed. - Barueri [SP]: Manole, 2021. 478 p.

APROVAÇÃO

Inspetoria: DENUT/G
Tp. Documento: Ata Departamental
Documento: 06/2023
Data: 22/05/2023