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	**2956 - NUTRICAO FUNCIONAL E ESTETICA (OPT)**
Turma	**NUI**
Local	**CEDETEG**

Carga Horária: **68**

PLANO DE ENSINO

EMENTA

Conceitos, classificação e caracterização. Fundamentos gerais da Nutrição Funcional. Alimentos funcionais antioxidantes. Doenças imunológicas. Nutrição funcional na prevenção de doenças crônico-degenerativas. Nutrição e qualidade de vida. Envelhecimento cutâneo. Desarmonia e alterações corporais. Aspectos clínicos das deficiências nutricionais. Prescrição nutricional em estética (cabelo, pele e unhas).

I. Objetivos

- Compreender a relação entre alimento, nutriente, saúde e doença;
•Identificar nutrientes e substâncias alimentares que podem reduzir o risco de doenças;
•Relacionar possíveis mecanismos de ação das substâncias protetoras presentes nesses alimentos, com as doses recomendadas e a segurança de uso;
•Aplicar a legislação dos alimentos funcionais vigente no Brasil e nos demais países;
•Conhecer a aplicação dos alimentos funcionais na estética.

II. Programa

•Introdução à Nutrição Funcional e Estética;
•Compostos Bioativos com Propriedades Funcionais:
a. Alimentos Funcionais: Histórico, Legislação e Atributos
b. Vitaminas e Carotenoides: Propriedades Funcionais e Redução do Risco de doenças Crônicas não-transmissíveis
c. Funcionalidade dos Ácidos Graxos
d. Probióticos, Prebioticos e. Flavonoides
f. Pigmentos Naturais
g. Butirato e sua importância para a manutenção da saúde intestinal
•Princípios gerais de Fitoterapia aplicada à nutrição;
•Alimentos com propriedade funcional:
a. Consumo de laticínios e glúten
b. Kefir como Alimento Funcional
c. Propriedades Funcionais do Feijão
d. Soja, chia e linhaça: Aspectos Nutricionais e Funcionais
e. Propriedades Funcionais das Oleaginosas
f. Compostos Bioativos dos Vegetais Brássicos
g. Berries Brasileiras: Compostos Bioativos e Benefícios à Saúde
•Nutrição estética:
a. Alimentos funcionais e o benefício para a pele, acne, alopecia e Lipodistrofia ginóide
b. Obesidade e celulite
c. Hidratação e equilíbrio hidroeletrolítico
d. Atividade física
e. Alimentos funcionais e envelhecimento
•Alimentos funcionais na prevenção/tratamento de doenças: (seminários)
a. Sinais e sintomas de carências nutricionais
b. Alimentos Funcionais na Composição Corporal e no Controle do Apetite
c. Alimentos Funcionais e Síndrome Metabólica
d. Alimentos Funcionais e Câncer
e. Efeito do Índice Glicêmico no Diabetes Mellito Tipo 2
f. Uso de Alimentos Funcionais por Pessoas Vivendo com HIV/AIDS
g. Alimentos Funcionais e Dislipidemias
h. Compostos Bioativos e Alimentos Funcionais na Hipertensão Arterial Sistêmica
i. Alimentos Funcionais e Compostos Bioativos na Doença Renal Crônica
j. Compostos Funcionais e seus Efeitos na Saúde Intestinal

III. Metodologia de Ensino

1. Aulas expositivas com auxílio de recursos audiovisuais;
2. Aulas práticas de elaboração de receitas com alimentos e/ou compostos funcionais;
3. Discussões coletivas de artigos;
4. Seminários;

IV. Formas de Avaliação

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	**2956 - NUTRICAO FUNCIONAL E ESTETICA (OPT)**
Turma	**NUI**
Local	**CEDETEG**

Carga Horária: **68**

PLANO DE ENSINO

- Participação e assiduidade em aulas (1,0)
- Apresentações de seminários em grupo (4,0)
- Apresentação e discussão de artigos científicos (3,0)
- Aula prática + relatório (2,0)
- Provas (serão aplicadas como forma de recuperação ao final de cada semestre no valor 10, aos alunos que tenham média abaixo de 7, ou gostariam de aumentar sua média semestral. A nota da prova de recuperação será somada a média do semestre e dividida por dois, resultando na média semestral.

V. Bibliografia

Básica

COSTA, NMB. Alimentos Funcionais. 1. ed. Viçosa: Editora UFV, 2006.
COSTA, NMB; ROSA, COB. Alimentos Funcionais - Componentes Bioativos e Efeitos Fisiológicos. 2a. ed. Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2016.
DUARTE, V. Alimentos funcionais. 1. ed. Porto Alegre: Editora artes e ofícios, 2006.
DUARTE, M.F.N. A importância dos alimentos funcionais para a saúde – dicas do consultório para o dia a dia. São Paulo: Metha, 2011.
PUJOL, AP. NUTRIÇÃO aplicada à estética. Rio de Janeiro: Rubio, 2011. 424 p.
SALGADO J. Alimentos funcionais. 1. ed. -- São Paulo : Oficina de Textos, 2017. ISBN: 978-85-7975-286-5
SANTOS, FL. Kefir: produção artesanal e desenvolvimento de produtos. Bahia, BA: UFRB, 2013. 42 p.

Complementar

CRAVEIRO, AC; CRAVEIRO, AA. Alimentos funcionais - A nova revolução. 1. ed. Fortaleza: PADETEC / UFC, 2003.
COSTA, N M B; ROSA COB. Alimentos funcionais: Benefícios à saúde. 1. ed. Viçosa: Editora UFV, 2008.
MAZZA, NAM. Alimentos funcionales. 2. ed. Zaragoza: Acribia, 2000.
PASCHOAL, V. Nutrição clínica funcional: dos princípios à prática clínica. São Paulo: Valéria Paschoal Ltda, 2007.
PHILIPPI, S T. Pirâmide dos alimentos - fundamentos básicos da nutrição. Barueri: Manole, 2008.
PIMENTEL, C VMB; FRANCKI, V M; GOLLUCKE, A P. Alimentos funcionais - Introdução às principais substâncias Bioativas em alimentos. São Paulo: Varela, 2005.
SALGADO, JM. Guia dos funcionais: dieta alimentar para manter a saúde e evitar doenças. São Paulo: Ediouro, 2009. 192 p.
SIMÕES, C M O; SCHENKEL, E P; GOSMANN, G; MENTZ, L A; PETROVICK, P R. Farmacognosia: da Planta ao Medicamento. 6. ed. Porto Alegre/Florianópolis: UFSC / UFRGS, 2007.

Plano de Ensino aprovada em ata (N 6/2023)

APROVAÇÃO

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