



## PLANO DE CURSO

### **1. DADOS DE IDENTIFICAÇÃO:**

**Curso:** Bacharelado em Enfermagem

**Disciplina:** Nutrição e Dietoterapia

**Professora:** Rita de Cássia Pereira Lima

**E-mail:** rita.lima@fasete.edu.br

**Código:**

**Carga Horária:** 60h

**Créditos:** 03

**Pré-requisito(s):** -

**Período:** IV

**Ano:** 2017.1

### **2. EMENTA:**

História dos alimentos, hábitos e tabus alimentares. Estudo dos principais nutrientes e grupos de alimentos. Necessidades nutricionais nas diferentes fases de vida. Padrões de consumo e problemas nutricionais na realidade brasileira. A Educação Nutricional. Nutrição em condições especiais. Principais dietas aplicadas ao processo saúde / doença. Orientação alimentar e sua importância na qualidade de vida das populações.

### **3. OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA:**

Conhecer a importância de uma alimentação balanceada e da dietoterapia, em todas as etapas da vida, na saúde do indivíduo e nas situações específicas.

### **4. OBJETIVO(S) ESPECÍFICOS(S) DA DISCIPLINA:**

Conhecer a história dos alimentos. Reconhecer os hábitos, tabus e mitos alimentares. Compreender os princípios básicos da nutrição. Identificar os padrões de consumo alimentar e padrões nutricionais da população brasileira. Entender o processo da educação nutricional. Identificar os ciclos da vida relacionados à nutrição. Conhecer a dietoterapia relacionada às patologias.

### **5. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:**

- História da Nutrição e dos alimentos;
- Conceitos básicos de Nutrição; Macronutrientes (Carboidratos, Lipídios e Proteínas); Micronutrientes (Vitaminas, Minerais e Água); Fibras Solúveis e Insolúveis; Água);
- Nutrição nos Ciclos de Vida (Gestação, Lactação, Infância, Adolescência e Envelhecimento);
- Serviço de nutrição e Dietas hospitalares (Tipos de Dietas);
- Nutrição Enteral e Parenteral;
- Rotulagem de Alimentos;
- Alimentos Diet e light;
- Pró e Prebióticos;
- Obesidade
- Dietoterapia no Diabetes Mellitus e na Hipertensão arterial;



- Dietoterapia nas Doenças Cardiovasculares e Dislipidemias;
- Avaliação do Estado Nutricional e Antropometria;
- Alergias Alimentares e Intolerância Alimentar.

## **6. METODOLOGIA DO TRABALHO:**

- Aulas expositivas (com utilização dos recursos: quadro branco e pincel, data-show);
  - Atividades práticas em sala (individuais ou em grupos) baseados nos conteúdos; estudo de casos com pesquisa realizada em literatura científica clássica e atual;
  - Trabalho de campo e visitas para fora da comunidade universitária, por exemplo, permitindo que o aluno faça uso na prática, dos conhecimentos adquiridos.
- Utilização de recursos: Quadro branco, pincel, datashow.

## **7. SISTEMA DE AVALIAÇÃO:**

### **AVALIAÇÃO:**

- 1ª Etapa: Prova escrita e individual sem pesquisa (valor: 10,0) + Trabalho de pesquisa (valor: 8,0) + Trabalhos em sala de aula (valor: 2,0);
- 2ª Etapa: Prova escrita e individual sem pesquisa (valor: 10,0).

## **8. ATENDIMENTO EXTRA-CLASSE:**

Atendimento semanal, mediante agendamento prévio.

## **9. BIBLIOGRAFIA:**

### **BÁSICA:**

**Alimentos, nutrição e dietoterapia.** Rio de Janeiro: Elsevier, 2012.

DÂMASO, Ana. (org.) **Nutrição e exercício na prevenção de doenças.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012.

ESCOTT-STUMP, Sylvia; MAHAN, L. Kathleen. **Alimentos, nutrição e dietoterapia.** São Paulo: Roca, 2005.

MELO, Flávia. **Nutrição aplicada à enfermagem.** Goiânia: AB, 2005.

**Nutrição em pediatria da neonatologia à adolescência.** São Paulo: Manole, 2009.

SANCHEZ-OCANA, R. **Nutrição de A a Z -Tudo o que você precisa saber:** para entender a alimentação. São Paulo: SENAC, 2009.

### **COMPLEMENTAR:**

BORSOI, Maria Angela. **Nutrição e dietética.** São Paulo: SENAC, 2004.

**Fisiologia da nutrição na saúde e na doença:** da biologia molecular ao tratamento. São Paulo: Atheneu, 2013.

**Fisiologia da nutrição na saúde e na doença:** da biologia molecular ao tratamento. São Paulo: Atheneu, 2013. (CD-ROM)

PHILIPPI, Sonia Tucunduva. **Nutrição e técnica dietética.** Barueri/SP: Manole, 2006.

ROLFES, Sharon Rady; WHITEY, Ellie. **Nutrição: Entendendo os nutrientes.** v.1. São Paulo: Cengage Learning, 2008.

## **10. CRONOGRAMA DE ATIVIDADES (\*):**



**11. INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES (\*):**

**(\*) = Assuntos trabalhados no PIT.**