

Programa Analítico de Disciplina

NUT 335 - Nutrição e Dietética do Adulto e do Idoso

Departamento de Nutrição e Saúde - Centro de Ciências Biológicas e da Saúde

Catálogo: 2022

Número de créditos: 4

Carga horária semestral: 60h

Carga horária semanal teórica: 2h

Carga horária semanal prática: 2h

Semestres: II

Objetivos

Objetivo geral Capacitar os estudantes para análise e planejamento da alimentação de adultos e idosos. Objetivos específicos Conhecer os processos fisiológicos inerentes das fases adulta e idosa. Conhecer as recomendações nutricionais para as fases adulta e idosa. Capacitar os estudantes para o planejamento nutricional nas fases adulta e idosa.

Ementa

Introdução à nutrição e dietética. Características de uma dieta normal. Dieta do adulto. Dieta do idoso.

Pré e correquisitos

NUT 321

Oferecimentos obrigatórios

Curso	Período
Nutrição	4

Oferecimentos optativos

Não definidos

NUT 335 - Nutrição e Dietética do Adulto e do Idoso

Conteúdo					
Unidade	T	P	ED	Pj	To
1. Introdução à nutrição e dietética 1. Conceitos básicos em dietética 2. A dietética aplicada à nutrição de indivíduos ou grupos sadios	2h	0h	0h	0h	2h
2. Características de uma dieta normal 1. Guias alimentares para indivíduos ou populações sadias	4h	0h	0h	0h	4h
3. Dieta do adulto 1. Necessidades e recomendações nutricionais 2. Características e método de cálculo das dietas 3. Nutrição e atividade física do adulto 4. Considerações e legislação sobre formulados nutricionais destinados a atletas 5. O trabalhador 6. Conceito 7. Características 8. Estado nutricional e produtividade 9. Alimentação e acidentes de trabalho 10. Necessidades e recomendações nutricionais 11. Exigências dietéticas de programas governamentais 12. Características e métodos de cálculo da dieta 13. Dietas não convencionais 14. Tipos e características 15. Cuidados nutricionais 16. Características e métodos de cálculo de dietas não convencionais	18h	0h	0h	0h	18h
4. Dieta do idoso 1. Conceito de idoso 2. Estudo do processo de envelhecimento e suas implicações na nutrição do idoso 3. Necessidades e recomendações nutricionais para o idoso 4. Atividade física, boa nutrição e saúde 5. Consequências da nutrição inadequada nesta fase 6. Características e métodos de cálculo da dieta	6h	0h	0h	0h	6h
5. Avaliação do consumo alimentar utilizando registros fotográficos	0h	2h	0h	0h	2h
6. Avaliação do consumo alimentar utilizando pirâmide alimentar adaptada à população brasileira	0h	2h	0h	0h	2h
7. Avaliação do consumo alimentar utilizando o Guia Alimentar para a população brasileira	0h	4h	0h	0h	4h
8. Avaliação do consumo alimentar de macronutrientes e energia ingeridos utilizando recomendações	0h	2h	0h	0h	2h
9. Avaliação do consumo alimentar por meio do cálculo de micronutrientes ingeridos: cálcio, ferro, vitamina A, vitamina C, e fibras. Cálculos de adequação e probabilidade	0h	6h	0h	0h	6h

A autenticidade deste documento pode ser conferida no site <https://siadoc.ufv.br/validar-documento> com o código: WB4C.ALLJ.ZRXM

10. Planejamento de dieta para adulto	0h	4h	0h	0h	4h
11. Elaboração e análise de cardápio para trabalhador	0h	2h	0h	0h	2h
12. Avaliação de dieta não-convencional	0h	4h	0h	0h	4h
13. Avaliação do consumo alimentar de idoso	0h	4h	0h	0h	4h
Total	30h	30h	0h	0h	60h

Teórica (T); Prática (P); Estudo Dirigido (ED); Projeto (Pj); Total (To);

Planejamento pedagógico	
Carga horária	Itens
Teórica	Apresentação de conteúdo oral e escrito com o apoio de equipamento (projektor, quadro-digital, TV, outros); e Apresentação de conteúdo oral e escrito em quadro convencional
Prática	Prática executada por todos os estudantes e Resolução de problemas
Estudo Dirigido	<i>Não definidos</i>
Projeto	<i>Não definidos</i>
Recursos auxiliares	<i>Não definidos</i>

NUT 335 - Nutrição e Dietética do Adulto e do Idoso

Bibliografias básicas

Descrição	Exemplares
SOUZA, E.C.G.; DUARTE, M.S.L.; CONCEIÇÃO, L.L. Alimentação vegetariana: atualidades na abordagem nutricional. Rio de Janeiro: Rubio, 2016	4
DUARTE, M.S.L.; REZENDE, F.A.C.; SOUZA, E. Abordagem nutricional no envelhecimento. Rio de Janeiro: Rubio, 2016.	4
MAHAN L.K, ESCOTT-STUMP S. Krause, Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. 12 ^a ed., Rio de Janeiro: Elsevier, 2010. 1242p.	9
SHILLS, M.E.; OLSON, J.A ; SHIKE, M. ROSS, A.C. Tratado de nutrição moderna na saúde e na doença. Vol. 1 e 2. 9 ^a ed. São Paulo: Manole, 2003. 2025p.	3
VITOLO, M.R. Nutrição - da gestação ao envelhecimento. 1 ^a edição, Ed. Rubio, 2008. 648p.	2

Bibliografias complementares

Descrição	Exemplares
BENZECRY, E.H., PINHEIRO, A.B.V., LACERDA, E.M.A., GOMES, M.C.S., COSTA, V.M. Tabela para avaliação de consumo alimentar em medidas caseiras. 1 ^a ed. Atheneu, 2006. 104p.	3
Dietary Guidelines for Americans, 2010. Disponível em: http://www.cnpp.usda.gov/DGAs2010-PolicyDocument.htm	0
FAO/WHO. Dietary protein quality evaluation in human nutrition. Report of an FAO Expert Consultation. 31 March-2 April, 2013. Disponível em: http://www.fao.org/ag/humannutrition/35978-02317b979a686a57aa4593304ffc17f06.pdf	0
FAO/WHO. Fats and Fatty Acids in Human Nutrition, Expert Consultation, 2010, WHO HQ, Geneva. Disponível em: http://foris.fao.org/preview/25553-0ece4cb94ac52f9a25af77ca5cfba7a8c.pdf	0
FAO/WHO. Vitamin and mineral requirements in human nutrition : report of a joint FAO/WHO expert consultation, 2004. Disponível em: http://whqlibdoc.who.int/publications/2004/9241546123.pdf	0
FAO/WHO. Human energy requirements. Report of a Joint FAO/WHO/UNU Expert Consultation. Disponível em: http://www.fao.org/docrep/007/y5686e/y5686e00.htm	0
MINISTÉRIO DA SAÚDE. Guia Alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf	0
NÚCLEO DE ESTUDOS E PESQUISAS EM ALIMENTAÇÃO - NEPA. Tabela Brasileira de Composição de Alimentos - TACO, Universidade Estadual de Campinas, UNICAMP. Versão 4, Campinas-SP, 2011. Disponível em: http://www.unicamp.br/nepa/taco/contar/taco_4_edicao_amp_liada_e_revisada.pdf?arquivo=taco_4-versao-ampliada_e-revisada.pdf	0
PHILIPPI, S.T. Tabela de composição de alimentos: suporte para decisão nutricional. 2 ^a ed. São Paulo: Coronário, 2002, 550p.	13

A autenticidade deste documento pode ser conferida no site <https://siadoc.ufv.br/validar-documento> com o código: WB4C.ALLJ.ZRXM

WHO/FAO/UNU Expert Consultation. -Human energy requirements. Report of a Joint FAO/WHO/UNU Expert Consultation.Rome, 2004. Disponível em: http://www.fao.org/docrep/007/y5686e/y5686e00.HTM	0
WHO/WHO. Guideline: Sodium intake for adults and children.Geneva, World Health Organization (WHO), 2012. Disponível em: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/77985/1/9789241504836_eng.pdf	0