

Programa Analítico de Disciplina

NUT 358 - Práticas de Atendimento Nutricional no Esporte

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

Catálogo: 2023

Número de créditos: 4

Carga horária semestral: 60h

Carga horária semanal teórica: 0h

Carga horária semanal prática: 4h

Carga horária de extensão: 60h

Semestres: I e II

Objetivos

Proporcionar aos estudantes conhecimento e prática no atendimento nutricional aos indivíduos praticantes de atividade física e esportes.

Ementa

Treinamento em estratégias e condutas de atendimento em atividades físicas e nas modalidades esportivas.

Atendimento nutricional ambulatorial do indivíduo praticante de atividade física e nas modalidades esportivas. Discussão em grupo das condutas adotadas e das rotinas de atendimento nas atividades físicas e nas várias modalidades esportivas.

Atividades de Extensão

Atendimentos nutricionais à comunidade, visando promover a alimentação saudável e orientações específicas em atividades físicas e em diversas modalidades esportivas, sob supervisão docente/nutricionista.

Pré e correquisitos

NUT 316

Oferecimentos obrigatórios

Não definidos

Oferecimentos optativos

Curso

Nutrição

Grupo de optativas

Área de Nutrição e Alimentação

A autenticidade deste documento pode ser conferida no site <https://siadoc.ufv.br/validar-documento> com o código: BWMI.94HD.HP8J

NUT 358 - Práticas de Atendimento Nutricional no Esporte

Conteúdo					
Unidade	T	P	ED	Pj	To
1.Unidade 1 1.1.Treinamento em estratégias e condutas de atendimento em indivíduos praticantes de atividade física e de diversas modalidades esportivas, de forma amadora ou profissional, que necessitam de atendimento nutricional: - Preenchimento de questionário semi-estruturado: sócio-econômico, condições de saúde, estilo de vida e tipo de alimentação e suplementação adotada. - Aferição de medidas antropométricas: peso, altura, circunferência abdominal, circunferência de quadril, circunferência de braço e dobras cutâneas (tricipital, subescapular, supra íliaca, abdominal, peitoral, axilar e coxa). - Avaliação bioquímica aplicada ao paciente praticante de atividade física e desportista: hemograma completo, perfil lipídico, glicemia, ureia, creatinina, ácido úrico, enzimas TGO, TGP, GGT, CPK, e sódio e potássio. - Avaliação do consumo alimentar com foco no gasto energético de cada atividade física ou modalidade esportiva. - Protocolo de suplementação de whey protein, caseína, albumina, creatina, cafeína, beta-alanina, bicarbonato de sódio e ômega 3. - Estratégias de hidratação e de bebidas carboidratadas para praticantes de atividade física e desportistas. - Estratégias para orientação nutricional com foco em metas específicas para cada modalidade.	0h	12h	0h	0h	12h
2.Unidade 2 1.Atendimento nutricional ambulatorial do indivíduo praticante de atividade física e atletas.	0h	36h	0h	0h	36h
3.Unidade 3 1.Discussão em grupo das condutas e rotinas de atendimento do indivíduo praticante de atividade física ou desportista.	0h	12h	0h	0h	12h
Total	0h	60h	0h	0h	60h

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

Planejamento pedagógico	
Carga horária	Itens
Teórica	<i>Não definidos</i>
Prática	Clínica, Discussão e apresentação de casos clínicos. Apresentação de seminários com discussão de casos, Troca de experiências vivenciadas, Acompanhamento de Caso, Discussões de Caso, Apresentação de conteúdo pelos estudantes, visitas técnicas e viagem acadêmica e Viagens técnicas
Estudo Dirigido	<i>Não definidos</i>
Projeto	<i>Não definidos</i>
Recursos auxiliares	Preferência de Mobiliário

NUT 358 - Práticas de Atendimento Nutricional no Esporte

Bibliografias básicas

Descrição	Exemplares
DUTRA OLIVEIRA, J. E.; MARCHINI, J. S. Ciências nutricionais: aprendendo a aprender. 2. ed. São Paulo, SP: Sarvier, 2008.760 p.	15
HIRSCHBRUCH, M. D.; CARVALHO, J. R. Nutrição esportiva: uma visão prática. São Paulo, S.P.: Manole, 2002, 345p.	2
LANCHA JUNIOR, A. H.; CAMPOS-FERRAZ, P.L.; ROGERI, P.S. Suplementação Nutricional no Esporte. Guanabara Koogan, Rio de Janeiro, 2009, 289p.	1
MAUGHAN, R. J.; GLEESON, M.; GREENHAFF, P. L. Bioquímica do exercício e treinamento. São Paulo, SP: Manole, 2000. 240 p.	11
MCARDLE, W. D.; KATCH, F. I.; KATCH, V. L. Nutrição para o desporto e o exercício. Rio de Janeiro: Ed. Guanabara Koogan S.A., 2001.694p.	14
TIRAPEGUI, J. Nutrição, metabolismo e suplementação na atividade física. São Paulo, SP: Atheneu, 2009. 351 p.	2
WILLIAMS, M.H. Nutrição para saúde, condicionamento físico & desempenho esportivo. São Paulo, SP: Manole, 2002. 500 p.	21

Bibliografias complementares

Descrição	Exemplares
BACURAU, R. F. Nutrição e suplementação esportiva. São Paulo, S.P.: Phorte, 2009. 284p.	2
BRODY, T. Nutritional biochemistry. 2nd ed. San Diego: Academic Press, 1999.1006 p.	1
INSTITUTE OF MEDICINE. Protein and amino acids. In: Dietary reference intakes - energy, carbohydrate, fiber, fat, fatty acids, cholesterol, protein, and amino acid, Part 2, Chapter 10. Washington, D. C.: The National Academy Press, 2002.	1
STIPANUK, M. H. Biochemical and physiological aspects of human nutrition. Philadelphia: Saunders Company, 2000. 1007p.	1