

Plano de Ensino

Prof(a). HELEN CRISTINA CARVALHO

Código N358	Disciplina NUTRIÇÃO DO ADOLESCENTE, ADULTO E IDOSO	Créditos 4	Série 5	
C.H. Teórica 80	C.H. Prática 0	C.H. Estágio 0	C.H. Pesquisa 0	C.H. Total 80
Objetivos OBJETIVO GERAL Proporcionar ao aluno conhecimento sobre a atuação do nutricionista com Idosos. Promover conhecimentos teóricos sobre recomendações nutricionais de macro e micronutrientes. Relacionar o gasto energético e os principais substratos para geração de Energia de acordo com a idade, sexo e estado de saúde Relacionar patologias específicas desta faixa etária com a alimentação. Direcionar o planejamento nutricional, organização e execução de cardápios em diferentes fases da vida Saber os limites de atuação do nutricionista como membro integrante de equipes multiprofissionais OBJETIVO ESPECÍFICO Relacionar as necessidades nutricionais dos indivíduos de acordo com sua idade, sexo, atividade e momento biológico, com suas características fisiológicas respectivas e inserir as recomendações nutricionais a cada indivíduo dentro do seu contexto sócio-econômico e cultural.				
Ementa Recomendações nutricionais - EAR, AI, RDI, RDA, UL; Alimentação do adolescente; Alimentação do adulto; Guias Alimentares, Cálculo de necessidades energéticas para adultos e idosos; Fisiologia do Sistema Digestivo de Idosos, Alterações comuns em Idosos - perda de dentes, intolerância à lactose, Envelhecimento do Sistema Endócrino, Cálculo de cardápios e justificativas dos valores nutricionais de macro e micronutrientes.				

Bibliografia Básica

MAHAN, L. Kathleen. Krause: Alimentos, nutrição e dietoterapia. 12.ed./13.ed. São Paulo: Roca, 2010/2013.
OMS - Organização Mundial da Saúde. Necessidades de energia e proteína. São Paulo: ROCA, c1998
VITOLLO, M. R. Nutrição: da gestação ao envelhecimento. 6. reimp. Rio de Janeiro: Rubio, 2013.

Bibliografia Complementar

AQUINO, Rita de Cássia de; PHILIPPI, Sonia Tucunduva (orgs.). Nutrição clínica: estudos de casos comentados. Barueri, SP: Manole, 2011.
CUPPARI, Lilian (coord.) Guia de nutrição: nutrição clínica no adulto. 2.ed./ 4.reimp. Barueri,SP: Manole, 2012.
CUPPARI, Lilian (coord.). Nutrição nas doenças crônicas não-transmissíveis. Barueri,SP: Manole, 2013.(Virtual)
PAPALEO NETTO, Matheus. Tratado de medicina de urgência do idoso. São Paulo: Atheneu, 2010.
SAMPAIO, Helena Alves de Carvalho; SABRY, Maria Olganê Dantas. Nutrição em doenças crônicas: prevenção e controle. São Paulo: Atheneu, 2007. (Pearson)

Como a disciplina se interliga com outros componentes curriculares (mínimo 100 caracteres)

Conhecimento amplo e contextualizado dos alimentos relacionado com as demais disciplinas que integram a área do Idoso. O discente terá plenas condições de entender e compreender os processos metabólicos macro e micronutrientes envolvidos na nutrição do idoso e aplicá-los para o estabelecimento de necessidades e recomendações nutricionais e relacionar os estudos sobre digestão, absorção, metabolismo e fontes alimentares com suas respectivas funções e, com as alterações das mesmas, quando presentes. Relacionar as necessidades nutricionais dos indivíduos de acordo com sua idade, sexo, atividade e momento biológico, com suas características fisiológicas respectivas e inserir as recomendações nutricionais a cada indivíduo dentro do seu contexto sócio-econômico e cultural.

Habilidades do Perfil do Egresso (mínimo 100 caracteres)

- Atenção à saúde e tomada de decisões. - Atuar profissionalmente, compreendendo a natureza humana em suas dimensões, em suas expressões e fases evolutivas; - Desenvolver formação técnico-científica que confira qualidade ao exercício profissional; - Ser capaz de diagnosticar e solucionar problemas de saúde, de comunicar-se, de tomar decisões, de intervir no processo de trabalho, de trabalhar em equipe e de enfrentar situações em constante mudança; - Atuar como sujeito no processo de formação de recursos humanos; - Identificar as necessidades individuais e coletivas de saúde da população, seus condicionantes e determinantes.

Competências do Perfil do Egresso (mínimo 100 caracteres)

-Introduzir o aluno ao universo da profissão e da relação desta com outras ciências, fornecendo os conhecimentos relacionados a este conteúdo, a atuação profissional e ao mercado de trabalho, bem como, desenvolver a interdisciplinaridade com foco na inclusão do profissional nutricionista em políticas de saúde. -Despertar nos alunos a consciência dos valores da ciência nutricional oportunizando o desenvolvimento dos componentes pertinentes a nutrição do idoso; Compreender os processos metabólicos dos macro e micronutrientes envolvidos na nutrição; -Evidenciar uma fundamentação teórica reflexiva sobre a nutrição, a atuação profissional e a importância do trabalho multidisciplinar; -Desenvolver visão científica do objeto da nutrição, da atuação profissional do nutricionista e do trabalho multidisciplinar; -Calcular cardápios equilibrados e nutricional balanceados -Compreender a organização e a aplicabilidade deste conhecimento na construção de conhecimento em saúde e a articulação teórica com as disciplinas que se apropriam deste conhecimento para desenvolver seus conteúdos. - Identificar a importância da interdisciplinaridade e aplicação deste conhecimento específico no ciclo profissional.

Como será desenvolvida a articulação teoria-prática? (mínimo 100 caracteres)

Através de aulas ministradas em sala de aula com aulas teórico-práticas. Os discentes são divididos em grupos de alunos (até 5 integrantes) e cada grupo realizará uma atividade prática. É realizada uma apresentação do assunto e após esse momento, os discentes realizam as atividades práticas.

Quais os requisitos necessários para efetivo aprendizado da disciplina? (Detalhar os tópicos. Mínimo 50 caracteres)

É necessário os alunos possuírem uma postura acadêmica adequada, interesse pelo conteúdo e que busque informações sobre o mesmo. Aulas práticas em sala de aula/laboratórios com excelente infraestrutura. Atuar como sujeito no processo de formação de recursos humanos; Ser capaz de diagnosticar e solucionar problemas de saúde, de comunicar-se, de tomar decisões, de intervir no processo de trabalho, de trabalhar em equipe e de enfrentar situações em constante mudança; Compreender os processos metabólicos macro e micronutrientes envolvidos na nutrição humana e aplicá-los para o estabelecimento de necessidades e recomendações nutricionais. Aprender os conhecimentos fundamentais de macro e micronutrientes mediante o aprofundamento dos estudos sobre digestão, absorção, metabolismo e fontes alimentares. Elaborar e calcular cardápios segundo recomendações dietéticas para a população adulta sadia Identificar a importância da interdisciplinaridade e aplicação deste conhecimento específico no ciclo profissional

Como a disciplina pretende intervir e transformar a realidade local e regional? (mínimo 100 caracteres)

Preparando o acadêmico não apenas para apropriação de contextos teóricos/práticos específicos atualizados e significativos relacionados à disciplina, mas garantindo através de atividades de extensão e nivelamento, que o discente desenvolva as dimensões humana, emocional, sócio-política e cultural, promovendo uma formação que prestigie egressos competentes e preparados para a vida profissional e com capacidade para articular diferentes conhecimentos que leve a uma prática mais abrangente, sem no entanto referenciar-se aos preceitos científicos da profissão.

Quais laboratórios práticos serão utilizados? (mínimo 20 caracteres)

Sala de aula, biblioteca, clínica-escola

Como será fomentada a autonomia discente? (mínimo 100 caracteres)

- Através de metodologias ativas, pelas quais o discente é estimulado a integrar o conteúdo planejado de forma antecipada e participar ativamente do processo ensino-aprendizado; - Estímulo a leituras complementares para ampliar a visão do conteúdo proposto; - Estímulo à Produção científica e publicação: indicação de referencias complementares para atividades de pesquisa; - Utilização de conteúdos e exercícios complementares no ambiente virtual; - Avaliação de trabalhos de forma sistêmica e com sua participação direta.

Quais as metodologias serão utilizadas no processo de aprendizagem? (mínimo 100 caracteres)

Aula dialogada e contextualizada com utilização de recurso áudio-visual, Sala invertida, Painel Integrado, Mapa Conceitual, Seminários, Debates, Vídeo Aula, Dinâmicas, Dramatização, Filmes Relacionados

Como é o sistema de avaliação da disciplina?

Avaliação	Pontos	Habilidades e Competências Avaliadas (min. 50 caract.)
V1 (Detalhe os tópicos do programa da disciplina. Mínimo 50 caracteres)	10	Introduzir o aluno ao universo da profissão e da relação desta com outras ciências, fornecendo os conhecimentos relacionados a este conteúdo, a atuação profissional e ao mercado de trabalho, bem como, desenvolver a interdisciplinaridade com foco na inclusão do profissional nutricionista em políticas de saúde. -Despertar nos alunos a consciência dos valores da ciência nutricional oportunizando o desenvolvimento dos componentes pertinentes a nutrição do Idoso; Os alunos serão capazes de compreender a função de cada macro e micro nutriente e para o organismo, fazer associações de funções entre os micro nutrientes e a saúde do individual, calcular cardápios equilibrados e nutricionalmente balanceados, reconhecer os alimentos como fontes de nutrientes (macro e micro) para assim ser possível a elaboração de cardápios equilibrados e balanceados, identificar as diferentes recomendações e requerimentos nutricionais, distribuir adequadamente os alimentos de acordo com as necessidades dietéticas, utilizar e por em prática diferentes formas de equilibrar uma dieta através de tabelas.
V2 (Detalhe os tópicos do programa da disciplina. Mínimo 50 caracteres)	10	- Atuar profissionalmente, compreendendo a natureza humana em suas dimensões, em suas expressões e fases evolutivas; - Ser capaz de diagnosticar e solucionar problemas de saúde, de comunicar-se, de tomar decisões, de intervir no processo de trabalho, de trabalhar em equipe e de enfrentar situações em constante mudança; - Compreender a importância dos alimentos e nutriente e a aplicabilidade deste conhecimento na construção de conhecimento em saúde e a articulação teórica com as disciplinas que se apropriam deste conhecimento para desenvolver seus conteúdos. - Identificar a importância da interdisciplinaridade e aplicação deste conhecimento específico no ciclo profissional. Conteúdo: Recomendações nutricionais - EAR, AI, RDI, RDA, UL; Alimentação do adulto e do Adolescente; Guias Alimentares, Cálculo de necessidades energéticas para adultos e idosos; Fisiologia do Sistema Digestivo de Idosos, Alterações comuns em Idosos - perda de dentes, intolerância à lactose, Envelhecimento do Sistema Endócrino, Cálculo de cardápios e justificativas dos valores nutricionais de macro e micronutrientes.
VT (Detalhe os tópicos do programa da disciplina. Mínimo 50 caracteres)	8	Trabalho interdisciplinar que abordará desenvolver visão científica do objeto da nutrição, da atuação profissional do nutricionista e do trabalho multidisciplinar; Através da pesquisa e apresentação de VT multidisciplinar e elaboração de resumos sobre os mesmos.
Atividade de Extensão (Descreva qual é a atividade e como ela se relaciona com as habilidades e competências da Disciplina. Mínimo 50 caracteres)	1	Trabalho interdisciplinar que abordará desenvolver visão científica do objeto da nutrição, da atuação profissional do nutricionista e do trabalho multidisciplinar; Através da pesquisa e apresentação de VT multidisciplinar e elaboração de resumos sobre os mesmos.
Atividade de Pesquisa (Descreva o objetivo final da atividade de pesquisa e como ela se relaciona com as habilidades e competências da Disciplina. Mínimo 50 caracteres)	1	-Introduzir o aluno ao universo da profissão e da relação desta com outras ciências, fornecendo os conhecimentos relacionados a este conteúdo, a atuação profissional e ao mercado de trabalho, bem como, desenvolver a interdisciplinaridade com foco na inclusão do profissional nutricionista em políticas de saúde. -Despertar nos alunos a consciência dos valores da ciência nutricional oportunizando o desenvolvimento dos componentes pertinentes a nutrição do idoso; Compreender os processos metabólicos dos macro e micronutrientes envolvidos na nutrição; -Evidenciar uma fundamentação teórica reflexiva sobre a nutrição, a atuação profissional e a importância do trabalho multidisciplinar; -Desenvolver visão científica do objeto da nutrição, da atuação profissional do nutricionista e do trabalho multidisciplinar; -Calcular cardápios equilibrados e nutricionalmente balanceados -Compreender a organização e a aplicabilidade deste conhecimento na construção de conhecimento em saúde e a articulação teórica com as disciplinas que se apropriam deste conhecimento para desenvolver seus conteúdos. - Identificar a importância da interdisciplinaridade e aplicação deste conhecimento específico no ciclo profissional.

Programa da Disciplina (distribuição do conteúdo por aula):

1. MINERAIS - CLASSIFICAÇÃO, FUNÇÕES E METABOLISMO PARTE 1
2. MINERAIS - CLASSIFICAÇÃO, FUNÇÕES E METABOLISMO PARTE 2
3. MINERAIS - CLASSIFICAÇÃO, FUNÇÕES E METABOLISMO PARTE 3
4. RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS - MACRO E MICRO NUTRIENTES - INTERPRETAÇÃO E APLICABILIDADE PARTE 1
5. RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS - MACRO E MICRO NUTRIENTES - INTERPRETAÇÃO E APLICABILIDADE PARTE 2
6. GUIAS ALIMENTARES E CÁLCULO DE CARDÁPIOS COM MACRO E MICRONUTRIENTES
7. CÁLCULO DE CARDÁPIOS COM MACRO E MICRO NUTRIENTES
8. NUTRIÇÃO DO ADOLESCENTE PARTE 1
9. NUTRIÇÃO DO ADOLESCENTE PARTE 2
10. NUTRIÇÃO DO ADULTO PARTE 1
11. NUTRIÇÃO DO ADULTO PARTE 2
12. LISTA DE SUBSTITUIÇÃO - PRINCÍPIOS E ELABORAÇÃO PARTE 1
13. LISTA DE SUBSTITUIÇÃO - PRINCÍPIOS E ELABORAÇÃO PARTE 2
14. ALTERAÇÕES FISIOLÓGICAS DO APARELHO DIGESTIVO NO ENVELHECIMENTO
15. ALTERAÇÕES METABÓLICAS NO ENVELHECIMENTO
16. NUTRIÇÃO DO IDOSO PARTE 1
17. NUTRIÇÃO DO IDOSO PARTE 2
18. ALIMENTAÇÃO DO IDOSO INSTITUCIONALIZADO E ESTATUTO DO IDOSO
19. DOENÇAS DE PARKINSON E ALZHEIMER: NECESSIDADES NUTRICIONAIS E CARDÁPIOS PARTE 1
20. DOENÇAS DE PARKINSON E ALZHEIMER: NECESSIDADES NUTRICIONAIS E CARDÁPIOS PARTE 2

Autonomia Discente:

Sugestão de Periódicos

- #1 Periódicos da CAPES (<http://www.periodicos.capes.gov.br>)
- #2 Revista de Nutrição
- #3 Nutrire
- #4 Scielo-Scientific Eletronic Library Online (<http://www.scielo.org/php/index.php>)
- #5 Publicações Universo revista.universo.edu.br

Sugestão de Artigos

- #1
- #2
- #3
- #4
- #5

Sugestão de Vídeos do Youtube (colocar descrição e URL)

- #1 <https://www.youtube.com/watch?v=rDQv4IJMhT0>
- #2 <https://www.youtube.com/watch?v=QL9e08j444Y>
- #3 https://www.youtube.com/watch?v=wC_uxWgXpWw
- #4 <https://www.youtube.com/watch?v=Uqyc-3pqQmM>
- #5

Sugestão de Temas de Pesquisa

- #1 Desafios no envelhecimento
- #2 Atendimento Nutricional Especializado/Individualizado
- #3 Saúde e Envelhecimento
- #4 Dieta e Prescrição Dietoterápica para idosos
- #5 Importância de uma boa alimentação nas pessoas idosas nas universidades

Sugestão de Atividades Complementares

#1 Nutrição e Fitoterápicos para idosos

#2

#3

#4

#5