

SEMESTRE: 2		ANO: 2020		C/H: 50		AULAS: 60															
CURSO: NUTRIÇÃO				CAMPUS: ALFENAS																	
DISCIPLINA: NUTRICAÇÃO NORMAL																					
PLANO DE ENSINO-APRENDIZAGEM																					
OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM: - Reconhecer requerimentos e recomendações nutricionais para indivíduos e coletividades sadias; - Especificar as Bases da Alimentação adequada; - Identificar fatores ambientais e biológicos que interferem no aproveitamento dos nutrientes.																					
EMENTA: Requerimentos e Recomendações Nutricionais. Bases da Alimentação Adequada. Comportamento e Tabus alimentares. Biodisponibilidade de Nutrientes. Radicais Livres e Antioxidantes.																					
METODOLOGIA: <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;"> Exposição Dialogada: SIM ☐ NÃO ☒ </td> <td style="width: 50%;"> Estudo de caso: SIM ☒ NÃO ☐ </td> </tr> <tr> <td>Trabalho de grupo: SIM ☒ NÃO ☐</td> <td>Seminário: SIM ☐ NÃO ☒</td> </tr> <tr> <td>Debate: SIM ☒ NÃO ☐</td> <td>Painel: SIM ☐ NÃO ☒</td> </tr> <tr> <td>TBL: SIM ☐ NÃO ☒</td> <td>Fórum/Chat: SIM ☐ NÃO ☒</td> </tr> <tr> <td>PBL: SIM ☐ NÃO ☒</td> <td>PBLe: SIM ☐ NÃO ☒</td> </tr> <tr> <td>Aula invertida: SIM ☐ NÃO ☒</td> <td>Tempestade Cerebral (Brainstorming): SIM ☐ NÃO ☒</td> </tr> <tr> <td>Mapa Conceitual: SIM ☐ NÃO ☒</td> <td>Dramatização/ Role Play: SIM ☐ NÃO ☒</td> </tr> </table>								Exposição Dialogada: SIM ☐ NÃO ☒	Estudo de caso: SIM ☒ NÃO ☐	Trabalho de grupo: SIM ☒ NÃO ☐	Seminário: SIM ☐ NÃO ☒	Debate: SIM ☒ NÃO ☐	Painel: SIM ☐ NÃO ☒	TBL: SIM ☐ NÃO ☒	Fórum/Chat: SIM ☐ NÃO ☒	PBL: SIM ☐ NÃO ☒	PBLe: SIM ☐ NÃO ☒	Aula invertida: SIM ☐ NÃO ☒	Tempestade Cerebral (Brainstorming): SIM ☐ NÃO ☒	Mapa Conceitual: SIM ☐ NÃO ☒	Dramatização/ Role Play: SIM ☐ NÃO ☒
Exposição Dialogada: SIM ☐ NÃO ☒	Estudo de caso: SIM ☒ NÃO ☐																				
Trabalho de grupo: SIM ☒ NÃO ☐	Seminário: SIM ☐ NÃO ☒																				
Debate: SIM ☒ NÃO ☐	Painel: SIM ☐ NÃO ☒																				
TBL: SIM ☐ NÃO ☒	Fórum/Chat: SIM ☐ NÃO ☒																				
PBL: SIM ☐ NÃO ☒	PBLe: SIM ☐ NÃO ☒																				
Aula invertida: SIM ☐ NÃO ☒	Tempestade Cerebral (Brainstorming): SIM ☐ NÃO ☒																				
Mapa Conceitual: SIM ☐ NÃO ☒	Dramatização/ Role Play: SIM ☐ NÃO ☒																				
RECURSOS AUXILIARES: <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;"> Computador: SIM ☒ NÃO ☐ </td> <td style="width: 50%;"> AVA*: SIM ☐ NÃO ☒ </td> </tr> <tr> <td>Vídeos: SIM ☒ NÃO ☐</td> <td>Atividades clínicas: SIM ☒ NÃO ☐</td> </tr> <tr> <td>Projetor Multimídia: SIM ☒ NÃO ☐</td> <td>Lousa: SIM ☒ NÃO ☐</td> </tr> <tr> <td>Álbuns Seriados: SIM ☐ NÃO ☒</td> <td>Internet: SIM ☐ NÃO ☒</td> </tr> <tr> <td>Slides: SIM ☐ NÃO ☒</td> <td>Laboratório: SIM ☐ NÃO ☒</td> </tr> <tr> <td>Manequins: SIM ☐ NÃO ☒</td> <td>Vídeo conferência: SIM ☐ NÃO ☒</td> </tr> <tr> <td>Lousa Eletrônica: SIM ☐ NÃO ☒</td> <td>Prancheta Digitalizadora: SIM ☐ NÃO ☒</td> </tr> </table> *Ambiente Virtual de Aprendizagem								Computador: SIM ☒ NÃO ☐	AVA*: SIM ☐ NÃO ☒	Vídeos: SIM ☒ NÃO ☐	Atividades clínicas: SIM ☒ NÃO ☐	Projetor Multimídia: SIM ☒ NÃO ☐	Lousa: SIM ☒ NÃO ☐	Álbuns Seriados: SIM ☐ NÃO ☒	Internet: SIM ☐ NÃO ☒	Slides: SIM ☐ NÃO ☒	Laboratório: SIM ☐ NÃO ☒	Manequins: SIM ☐ NÃO ☒	Vídeo conferência: SIM ☐ NÃO ☒	Lousa Eletrônica: SIM ☐ NÃO ☒	Prancheta Digitalizadora: SIM ☐ NÃO ☒
Computador: SIM ☒ NÃO ☐	AVA*: SIM ☐ NÃO ☒																				
Vídeos: SIM ☒ NÃO ☐	Atividades clínicas: SIM ☒ NÃO ☐																				
Projetor Multimídia: SIM ☒ NÃO ☐	Lousa: SIM ☒ NÃO ☐																				
Álbuns Seriados: SIM ☐ NÃO ☒	Internet: SIM ☐ NÃO ☒																				
Slides: SIM ☐ NÃO ☒	Laboratório: SIM ☐ NÃO ☒																				
Manequins: SIM ☐ NÃO ☒	Vídeo conferência: SIM ☐ NÃO ☒																				
Lousa Eletrônica: SIM ☐ NÃO ☒	Prancheta Digitalizadora: SIM ☐ NÃO ☒																				
AVALIAÇÃO: <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;"> Discursiva: SIM ☒ NÃO ☐ </td> <td style="width: 50%;"> Prática: SIM ☒ NÃO ☐ </td> </tr> <tr> <td>Múltipla escolha: SIM ☒ NÃO ☐</td> <td>Trabalhos de pesquisa: SIM ☒ NÃO ☐</td> </tr> <tr> <td>Oral: SIM ☐ NÃO ☒</td> <td></td> </tr> </table>								Discursiva: SIM ☒ NÃO ☐	Prática: SIM ☒ NÃO ☐	Múltipla escolha: SIM ☒ NÃO ☐	Trabalhos de pesquisa: SIM ☒ NÃO ☐	Oral: SIM ☐ NÃO ☒									
Discursiva: SIM ☒ NÃO ☐	Prática: SIM ☒ NÃO ☐																				
Múltipla escolha: SIM ☒ NÃO ☐	Trabalhos de pesquisa: SIM ☒ NÃO ☐																				
Oral: SIM ☐ NÃO ☒																					
BIBLIOGRAFIA BÁSICA: Philippi, Sônia Tucunduva. Pirâmide dos alimentos - fundamentos básicos da nutrição . 2. ed. Barueri - SP - Brasil: Manole, 2014. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788520448601 Disponível em: . Acesso em: 10 de Setembro de 20. Guimarães, Andrea Fraga. Cálculos nutricionais - conceitos e aplicações práticas . São Paulo - SP - Brasil: M. Books, 2008. Philippi, Sônia Tucunduva. Dietética - princípios para o planejamento de uma alimentação saudável . Barueri - SP - Brasil: Manole, 2015. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788520448670 Disponível em: . Acesso em: 10 de Setembro de 20.																					
BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR: Cardoso, Marly Augusto. Nutrição humana . Belo Horizonte - MG - Brasil: Guanabara Koogan, 2006. Philippi, Sônia Tucunduva. Tabela de composição de alimentos - suporte para decisão nutricional . 5. ed. Barueri - SP - Brasil: Manole, 2016. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788520449837 Disponível em: . Acesso em: 10 de Setembro de 20. Nelson, David L.. Princípios de bioquímica de Le . 7. ed. Porto Alegre - RS - Brasil: Artmed, 2018. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788582715345 Disponível em: . Acesso em: 10 de Setembro de 20. Galisa, Mônica Santiago. Nutrição - conceitos e aplicações . São Paulo - SP - Brasil: M. Books, 2007. Vítolo, Márcia Regina. Nutrição - da gestação ao envelhecimento . 2. ed. Rio de Janeiro - RJ - Brasil: Rubio - Livraria E Editora, 2015.																					

SEMESTRE: 2	ANO: 2020	C/H: 50	AULAS: 60
CURSO: NUTRIÇÃO		CAMPUS: ALFENAS	
DISCIPLINA: NUTRICAÇÃO NORMAL			
PLANO DE ENSINO-APRENDIZAGEM			
CONTEÚDOS			
CONTEÚDO TEÓRICO:			
1- Requerimentos e Recomendações nutricionais			
1.1- Conceitos			
1.2- Ingestão Dietética Recomendada (IDR)			
1.3- Estimativa das necessidades de energia e proteína			
2- Bases da Alimentação Adequada			
2.1- Leis da Nutrição			
2.2- Guias Alimentares			
2.3- Orientações dietéticas para a boa alimentação			
3- Comportamento e Tabus alimentares			
3.1- A influência da mídia na formação dos hábitos alimentares			
3.2- Caracterização do processo			
4- Biodisponibilidade de nutrientes			
5- Radicais Livres (RL) e Antioxidantes			
5.1- Definição			
5.2- Tipos			
5.3- Formação			
CONTEÚDO PRÁTICO:			
1- Requerimentos e Recomendações nutricionais			
2- Utilização das tabelas de composição de alimentos			
3- Introdução à análise da composição centesimal de dietas			
4- Cálculo do valor calórico de dietas a partir do cômputo de macronutrientes			
5- Cálculo das necessidades de energia e proteína			
6- Utilização prática do atual guia alimentar.			
7- Aplicação de métodos para avaliar a qualidade de dietas			