

PLANO DE ENSINO		
Vigência do Plano	Semestre	Nome do Componente Curricular
2020.2	4º	NUTRIÇÃO E SAÚDE
Carga Horária Semestral		Núcleo/Módulo/Eixo
54		Instrumentalização para o Processo do cuidar Modulo III – Suporte assisten
Componentes Correlacionados		
Sem pré-requisitos		
Docente		
Michaela Eickemberg		
Ementa		
Princípios da nutrição. Os nutrientes essenciais, suas funções e dinâmicas metabólicas associadas à atividade física na promoção da saúde.		

COMPETÊNCIA

Conhecimentos

Compreender sobre as ciências da nutrição e dos alimentos, estudando os fundamentos da Nutrição e as principais dietas e terapias nutricionais aplicadas ao processo saúde-doença no ciclo vital, buscando relacionar esses conhecimentos à sua prática profissional promovendo a conscientização da necessidade de um trabalho integrado entre os profissionais de saúde. Identificar o estado nutricional e planejar condutas para a prevenção e promoção da saúde. Conhecer a importância da alimentação e nutrição para a prevenção, promoção saúde dos indivíduos nas diversas fases do ciclo vital, incluindo praticantes de exercício física e atletas.

Habilidades

- Conhecer as diretrizes alimentares para alimentação saudável e identificar os principais nutrientes, suas fontes, funções e importância nos diferentes estágios de vida.
- Verificar as necessidades energéticas de indivíduos saudáveis e praticantes de exercício físico, e os indicadores de avaliação do estado nutricional, sendo capaz de adotar medidas interventivas no âmbito alimentar e nutricional.
- Apropriar-se do reconhecimento das diferentes dietas que interferem e auxiliam no processo saúde-doença dos indivíduos, incluindo as recomendações nutricionais para praticantes de exercício físico e atletas.
- Avaliar e apropriar-se do papel do enfermeiro e educador físico, como membros da equipe multi e interprofissional, que possam contribuir para a alimentação e nutrição adequada dos indivíduos na manutenção e recuperação do estado nutricional e de saúde.
- Identificar as possíveis complicações das terapias nutricionais e relacionar a recuperação e/ou manutenção estado nutricional.
- Compreender sobre a adequação das necessidades nutricionais no contexto cultural, social e econômico. Desenvolver ações de prevenção, promoção, proteção e reabilitação do estado nutricional e da saúde, tanto em nível individual quanto coletivo.
- Sistematizar, avaliar e decidir a conduta mais apropriada em termos de eficácia e custo da efetividade dos procedimentos relativos à determinação do diagnóstico nutricional.
- Entender a importância e exercitar a comunicação verbal e não verbal nas relações interpessoais.
- Aprimorar a capacidade crítica analítica e reflexiva.
- Apropriar-se de novas formas de aprender, aprimorando a independência intelectual, o poder da crítica e a autonomia no processo de aprendizagem.
- Realizar a avaliação alimentar e nutricional nos diferentes ciclos da vida (gestante, crianças, adolescentes, adulto, idosos) assim como de indivíduos hospitalizados através:
 - ? Do conhecimento dos principais problemas de alimentação e nutrição no plano individual e coletivo;
 - ? Do entendimento dos fatores relacionados ao processo de determinação dos problemas nutricionais;
 - ? Do domínio dos princípios, métodos e técnicas de diagnóstico dos problemas nutricionais que afetam os indivíduos e a população.
- Utilizar e manejar de forma apropriada as técnicas, instrumentos e procedimentos aplicados ao diagnóstico e a orientação alimentar e nutricional.
- Perceber a importância do relato do paciente, a cerca dos sintomas físicos e questões afetivas, para o diagnóstico e orientação alimentar e nutricional.
- Responder às especificidades regionais de saúde através de intervenções planejadas estrategicamente, em níveis de promoção, prevenção e reabilitação à saúde, dando atenção integral à saúde dos indivíduos, das famílias e das comunidades.

Atitudes

- Compreender sobre a adequação das necessidades nutricionais no contexto cultural, social e econômico. Desenvolver ações de prevenção de doenças e promoção da saúde e do adequado estado nutricional, tanto em nível individual quanto coletivo.
- Responder às especificidades regionais de saúde através de intervenções planejadas estrategicamente, em níveis de promoção da saúde e prevenção de doenças, dando atenção integral à saúde dos indivíduos, das famílias e das comunidades.
- Apresentar atitude científica, compromisso, responsabilidade, empatia, habilidade para tomada de decisões, comunicação e gerenciamento de forma efetiva e eficaz no trabalho em equipe multi e interprofissional.
- Ser capaz de ultrapassar as barreiras socioeconômicas e culturais na interação com o paciente, grupos e comunidades.
- Respeitar valores éticos e humanísticos essenciais como solidariedade, responsabilidade, compromisso com a resolução dos problemas alimentares e nutricionais, convivência com a pluralidade e diversidade de pensamento e com o trabalho multi e interprofissional em saúde.
- Provar novas formas de aprendizado, aprimorando a independência intelectual, o poder da crítica e a autonomia no processo de aprendizagem.

Conteúdo Programático

- Fundamentos da nutrição
- Necessidades energéticas dos indivíduos
- Guia alimentar para a população brasileira
- Estratégia global para a promoção da alimentação saudável, atividade física e saúde
- Vitaminas e minerais
- Indicadores do estado nutricional: antropometria, semiologia nutricional, exames laboratoriais
- Aferição de medidas antropométricas (prática)
- Avaliação do estado nutricional nos ciclos da vida
- Nutrição no ciclo vital: gestante, criança, adolescente, adulto e idoso
- Terapia nutricional oral, enteral e parenteral na prática clínica
- Equipe multi e interdisciplinar
- Aleitamento materno
- Nutrição e feridas/ Úlceras por pressão
- Aspectos nutricionais em diversas patologias
- Aspectos envolvidos à obesidade e ao desenvolvimento do comportamento alimentar
- Nutrição e treinamento: Recomendações nutricionais para praticantes de atividade física e atletas.
- Estratégias alimentares pré, durante e pós-competição.
- Suplementação dietética.

Métodos e Técnicas de Aprendizagem

A linha metodológica incorporará várias técnicas para a construção do conhecimento, tendo como referência o uso de metodologias ativas, considerando o estudante como protagonista do processo educativo.

Aulas dialogadas e expositivas síncronas para instrumentalizar o aluno na construção do conhecimento.

Discussão de textos com base em roteiros estruturados de modo a possibilitar reflexões e assegurar a síntese do conhecimento.

Busca, análise e discussão de artigos, atividades assíncronas, seminários, aula invertida.

Para o ensino mediado por tecnologias digitais será utilizado fóruns de discussão, gamificação, vídeo aulas, web conferências, diálogos em chats, palestras online e produções em grupo e individuais.

Critérios e Instrumento de Avaliação - Datas

A aprovação do estudante será definida pela frequência mínima e com base nos critérios normativos.

Todas as atividades serão pontuadas.

Serão avaliados, por meio de questões objetivas e subjetivas, a capacidade de síntese, articulação das ideias, interpretação de situações problema e análise crítica do conteúdo.

Nos trabalhos em grupo e individuais, com apresentação oral, serão avaliados a capacidade de análise e expressão oral, organização dos conteúdos do tema proposto, postura, responsabilidade, cumprimento dos prazos e integração do grupo. A avaliação será processual, predominando o empenho sobre o desempenho, de acordo com critérios qualitativos e quantitativos definidos. O processo avaliativo contemplará individualmente: frequência, pontualidade, assiduidade, respeito ao colega, desempenho, postura e participação nos espaços virtuais de aprendizagem e no trabalho de grupo, criatividade, interesse, ética e auto avaliação do desempenho durante o semestre.

Para o ensino mediado por tecnologias digitais, o componente curricular proporá atividades assíncronas e síncronas para contemplar as diferenças inerentes aos docentes e discentes que compõem o grupo de aprendizagem circulante no ambiente virtual. O processo avaliativo contemplará a participação e assiduidade do estudante durante todo o processo; nos encontros virtuais e na resolução das tarefas propostas.

As notas serão graduadas de zero a dez. A aprovação será definida pela frequência mínima e pela média aritmética das avaliações, com base nos critérios normativos da EBMSP.

Unidade 1

07/09 - Sessão filmica 1,0

14/09 - Presença na aula 1,0

21/09 - Tarefa 3,0

28/09 - Presença 1,0

05/10 - Seminário 4,0

Unidade 2

12/10 - Acesso ao material 1,0

19/10 - Produção de audio 3,0

26/10 - Presença 1,0

02/11 - Tarefa 2,0

16/11 - Tarefa 3,0

Unidade 3

23/11 -Vídeo complemento 1,0

30/11 - Participação 1,0

07/12 - Podcast ou vídeo 3,0

14/12 - Avaliação qualitativa (5,0) + autoavaliação (10,0)

Recursos

Será utilizada a Plataforma Moodle, como ambiente de aprendizagem e de comunicação, atividades e recursos síncronos e assíncronos: vídeo aulas, aulas telepresenciais, textos didáticos, artigos científicos, roteiros para discussão, elementos artísticos e culturais (filme, música, poesia), entre outros recursos, computadores com acesso à internet, fitas métricas (antropométricas), balança com antropômetro, balança pediátrica, antropômetro horizontal e vertical.

Referências Básicas

DUNFORD, Marie. Fundamentos de nutrição no esporte e no exercício São Paulo: Manole Editora Ltda, 2012.

LANCHA JUNIOR, Antônio Hebert. Nutrição e metabolismo aplicados à atividade motora. 1 ed. SÃO PAULO: Atheneu Editora, 2004.

MCARDLE, William D.; KATCH, Victor L.; KATCH, Frank I.. Nutrição para o esporte e o exercício. 3 ed. RIO DE JANEIRO: Guanabara Koogan, 2014.

Referências Complementares

CELISO, Cukier. Nutrição baseada na fisiologia dos órgãos e sistemas. 1 ed. São Paulo: Sarvier, 2005.

CUPPARI, Liia. Guia de nutrição: nutrição clínica no adulto. 2 ed. São Paulo: Manole Ltda., 2005.

KLEINER, Susan M.. Nutrição para o treinamento de força. 4 ed. Barueri, SP: Manole Ltda., 2016.

Tratado de nutrição moderna na saúde e na doença. 9 ed. São Paulo: Manole Ltda., 2003.

WOLINSKY, Ira. Nutrição no exercício e no esporte. 2 ed. São Paulo: Roca, 1996.