

Plano de Ensino e Aprendizagem (PEA)

Já usa Moodle e-disciplinas?

Sim

Não

Precisa de apoio elaborar o ambiente nos e-disciplinas?

Sim

Não

ELEMENTOS DE IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA	
Curso	Nutrição e Metabolismo
Código e nome da disciplina	RNM4303 – Cálculo e Análise de Dieta para o Indivíduo
Período de oferecimento	15/04/2021 a 10/06/2021
Coordenadores	Carla Barbosa Nonino
Docentes	Carla Barbosa Nonino

CARGA HORÁRIA	
Teórica	44h
Estudo dirigido	31h
Total	75h

CONTEXTO:

A disciplina de Cálculo e Análise de Dieta para o Indivíduo visa a capacitação do aluno para a realização de planejamento dietético, que engloba o conhecimento dos diversos instrumentos para a avaliação da ingestão alimentar para posterior diagnóstico do consumo alimentar; a avaliação e planejamento de dietas de acordo com as necessidades nutricionais de macro e micronutrientes para indivíduos saudáveis, segundo as DRIs; o conhecimento dos aspectos metodológicos envolvidos no uso de tabelas de composição de alimentos; a elaboração de cardápios e a construção e o manejo de listas de substituições de alimentos. Esta disciplina serve como base para todas as disciplinas seguintes que envolvem o planejamento e adequação dietoterápica.

Plano de Ensino e Aprendizagem (PEA)

MATRIZ DE COMPETÊNCIAS

O que será aprendido?	Como será aprendido?	Como será avaliado?
Objetivos de aprendizagem	Estratégias de ensino e aprendizagem utilizadas na disciplina	Avaliação
COGNITIVOS - Descrição e aplicação dos principais instrumentos utilizados para a análise, quantificação e adequação da ingestão alimentar do indivíduo	COGNITIVOS - Aula teórica expositiva dialogada - Elaboração e apresentação de seminários - Elaboração e discussão de estudo de caso em conjunto com outra disciplina (Técnica Dietética II)	COGNITIVOS - Avaliação do conteúdo apresentado nos seminários - Avaliação do relatório do estudo de caso - Avaliação do conteúdo da disciplina (prova final)
HABILIDADES - Discussão nos seminários e nos estudos de caso - Estimular o desenvolvimento de atividades em grupo	HABILIDADES - Apresentação e discussão de seminários e estudos de caso - Discussões em grupo - Participação nas atividades propostas	HABILIDADES - Seminários e estudos de caso - Desempenho nos trabalhos - Apresentação dos trabalhos
ATITUDINAIS - Postura e capacidade de argumentação durante as discussões, apresentações de seminários e de estudos de caso - Análise crítica do estudo de caso - Participação e interação com os grupos de estudo/atividades	ATITUDINAIS - Análise crítica durante o preparo dos seminários e estudos de caso	ATITUDINAIS - Observação da postura durante as discussões em sala de aula - Observação da capacidade de argumentação com base no conhecimento teórico e prático adquirido - Assiduidade e pontualidade na disciplina - Integração com os colegas de grupo e com o professor

Plano de Ensino e Aprendizagem (PEA)

Roteiro de Atividades

CURSO: Nutrição e Metabolismo					COORDENADOR DA DISCIPLINA: Carla Barbosa Nonino			
CÓDIGO: RNM4303				ANO: 2021	NOME DA DISCIPLINA: Cálculo e Análise de Dieta para o Indivíduo			
Data	Dia da semana	Horário	Local	Turma	Tema da atividade	Objetivos de Aprendizagem/ Resultados esperados	Estratégias de Ensino & Aprendizagem	Docente responsável
15/04	Quinta-feira	14-18	Google Meets		Apresentação da disciplina	- Apresentação da disciplina: objetivos, cronograma de atividades e métodos de avaliação	- Aula teórica expositiva dialogada e discussão da metodologia que será utilizada	Carla B. Nonino
20/04	Terça-feira	8-12	Google Meets		Anamnese Alimentar	- Conhecer os métodos de anamnese alimentar - Conhecer as técnicas de entrevista e de aplicação dos métodos de anamnese alimentar	- Aula teórica expositiva dialogada - Leitura do passo a passo de aplicação do recordatório alimentar de 24h - Aplicação prática do recordatório alimentar de 24h com os familiares	Carla B. Nonino
					Fazer recordatório 24h e registro alimentar de 3 dias			
22/04	Quinta-feira	14-18	Google Meets		Tabela de Composição de Alimentos e Programa de Cálculo de Dietas	- Conhecer e avaliar de forma crítica as diferentes tabelas de composição de alimentos - Conhecer e aprender sobre softwares de cálculo de dietas disponíveis no mercado	- Aula teórica expositiva dialogada - Cálculo de dieta utilizando diferentes tabelas de composição química dos alimentos	Carla B. Nonino
					Calcular os 3 registros alimentares			
29/04	Quinta-	14-18	Google		Adequação de	- Descrever as recomendações	- Aula teórica expositiva	Carla B. Nonino

Plano de Ensino e Aprendizagem (PEA)

	feira		Meets		macronutrientes e micronutrientes - DRIs	nutricionais (DRIs): conceitos, métodos, energia, macronutrientes, micronutrientes e água	dialogada	
					Adequar o registro alimentar de 3 dias, segundo as DRIs			
06/05	Quinta-feira	14-18	Google Meets		Estudo dirigido em conjunto com TD II	- Cálculo nutricional (macro e micronutrientes) do cardápio elaborado em conjunto com a disciplina de Técnica Dietética II - Dialogar com o seu grupo de estudo e contribuir para reflexões coletivas	- Leitura da bibliografia recomendada disponível na Plataforma Moodle - Atividade em grupo com encontro virtual via plataforma digital	Carla B. Nonino Larissa Angélico
13/05	Quinta-feira	14-18	Google Meets		Estudo dirigido em conjunto com TD II	- Cálculo nutricional (macro e micronutrientes) do cardápio elaborado em conjunto com a disciplina de Técnica Dietética II - Dialogar com o seu grupo de estudo e contribuir para reflexões coletivas	- Leitura da bibliografia recomendada disponível na Plataforma Moodle - Atividade em grupo com encontro virtual via plataforma digital	Carla B. Nonino Larissa Angélico
14/05	Sexta-feira	14-18	Google Meets		Estudo dirigido (preparo do seminário)	- Elaborar junto com o grupo a apresentação do seminário	- Atividade em grupo - Leitura da bibliografia recomendada disponível na Plataforma Moodle - Preparo da apresentação do seminário	Carla B. Nonino
19/05	Quarta-feira	8-12	Google Meets		Estudo dirigido em conjunto com TD II	- Cálculo nutricional (macro e micronutrientes) do cardápio elaborado em conjunto com a disciplina de Técnica Dietética II - Dialogar com o seu grupo de estudo e contribuir para reflexões coletivas	- Leitura da bibliografia recomendada disponível na Plataforma Moodle - Atividade em grupo com encontro virtual via plataforma digital	Carla B. Nonino Larissa Angélico

Plano de Ensino e Aprendizagem (PEA)

20/05	Quinta-feira	14-18	Google Meets		Apresentação e discussão dos seminários	<ul style="list-style-type: none"> - Apresentar junto com o grupo o seminário - Fazer reflexões sobre o conteúdo e responder a questionamentos elaborados pelos demais alunos e pelo professor 	<ul style="list-style-type: none"> - Questionamento relacionados à apresentação e conteúdo - Avaliação por pares 	Carla B. Nonino
21/05	Sexta-feira	14-18	Google Meets		Estudo dirigido em conjunto com TD II (enviar o cálculo para correção)	<ul style="list-style-type: none"> - Cálculo nutricional (macro e micronutrientes) do cardápio elaborado em conjunto com a disciplina de Técnica Dietética II - Dialogar com o seu grupo de estudo e contribuir para reflexões coletivas 	<ul style="list-style-type: none"> - Leitura da bibliografia recomendada disponível na Plataforma Moodle - Atividade em grupo com encontro virtual via plataforma digital - Correção do cálculo nutricional do cardápio elaborado 	Carla B. Nonino Larissa Angélico
25/05	Terça-feira	8-12	Google Meets		Estudo dirigido em conjunto com TD II (elaborar a apresentação do cardápio)	<ul style="list-style-type: none"> - Elaborar junto com o grupo a apresentação do cardápio e cálculo nutricional 	<ul style="list-style-type: none"> - Leitura da bibliografia recomendada disponível na Plataforma Moodle - Atividade em grupo com encontro virtual via plataforma digital 	Carla B. Nonino Larissa Angélico
26/05	Quarta-feira	8-12	Google Meets		Apresentação dos Cardápios em conjunto com TD II	<ul style="list-style-type: none"> - Apresentar junto com o grupo o cardápio e o cálculo nutricional - Fazer reflexões sobre o conteúdo e responder a questionamentos elaborados pelos demais alunos e pelo professor 	<ul style="list-style-type: none"> - Questionamentos e discussão relacionados à apresentação e conteúdo - Avaliação por pares 	Carla B. Nonino Larissa Angélico
27/05	Quinta-feira	14-18	Google Meets		Apresentação dos Cardápios em conjunto com TD II	<ul style="list-style-type: none"> - Apresentar junto com o grupo o cardápio e o cálculo nutricional - Fazer reflexões sobre o conteúdo e responder a questionamentos elaborados pelos demais alunos e pelo professor 	<ul style="list-style-type: none"> - Questionamentos e discussão relacionados à apresentação e conteúdo - Avaliação por pares 	Carla B. Nonino Larissa Angélico

Plano de Ensino e Aprendizagem (PEA)

01/06	Terça-feira	8-12	Google Meets		Lista de Substituições (aspectos teóricos) em conjunto com TD II	- Conhecer e aprender sobre como fazer a lista de substituições	- Aula teórica expositiva dialogada	Carla B. Nonino
02/06	Quarta-feira	14-18	Google Meets		Estudo dirigido em conjunto com TD II (elaborar a lista de substituições e apresentação)	- Elaborar junto com o grupo a lista de substituição do cardápio - Elaborar junto com o grupo a apresentação da lista de substituições do cardápio	- Leitura da bibliografia recomendada disponível na Plataforma Moodle - Atividade em grupo com encontro virtual via plataforma digital	Carla B. Nonino Larissa Angélico
08/06	Terça-feira	8-12	Google Meets		Apresentação da Lista de Substituições em conjunto com TD II	- Apresentar junto com o grupo a lista de substituições - Fazer reflexões sobre o conteúdo e responder a questionamentos elaborados pelos demais alunos e pelo professor	- Questionamentos e discussão relacionados à apresentação e conteúdo - Avaliação por pares	Carla B. Nonino Larissa Angélico
09/06	Quarta-feira	8-12	Google Meets		Apresentação da Lista de Substituições em conjunto com TD II	- Apresentar junto com o grupo a lista de substituições - Fazer reflexões sobre o conteúdo e responder a questionamentos elaborados pelos demais alunos e pelo professor	- Questionamentos e discussão relacionados à apresentação e conteúdo - Avaliação por pares	Carla B. Nonino Larissa Angélico
10/06	Quinta-feira	14-16	Google Meets		Avaliação final	- Avaliação formal	- Prova	Carla B. Nonino
		16-18	Google Meets		Devolutiva	- Apresentar os resultados das avaliações das atividades desenvolvidas na disciplina - Orientar sobre a avaliação da disciplina na Plataforma Moodle	- Apresentação dos resultados	Carla B. Nonino

Plano de Ensino e Aprendizagem (PEA)

REFERÊNCIAS para leitura:

1. Amaya-Farfan, J. Domene, S.A. e Padovani, R.M. DRI: Síntese comentada das novas propostas sobre recomendações nutricionais para antioxidantes. *Revista de Nutrição*, 14(1):71-78, 2001.
2. Arsenault, JE; Brown, KH. Zinc intake of US preschool children exceeds new dietary reference intakes. *Am J Clin Nutr* 2003; 78: 1011-7.
3. Bailey, LB. Folate and vitamin B12 recommended intakes and status in the United States. *Nutrition Reviews* 2004; 62(6): S14-S20.
4. Bailey, LB. New standard for dietary folate intake in pregnant women. *Am J Clin Nutr* 2000; 71(suppl): 1304S-7S.
5. Blanc, S et al. Energy requirements in the eighth decade of life. *Am J Clin Nutr* 2004; 79: 303-10.
6. Cervato, A.M.; Vieira, V.L. Índices dietéticos na avaliação da qualidade global da dieta. *Revista de Nutrição*, v. 16, n.3, p.347-355.
7. Cozzolino, S.M.F. Biodisponibilidade de nutrientes. São Paulo: Manole, 2005, 878.
8. DietWin, DietPró, DietSys
9. Domene, S.A. e Coelho, R.G. Interações nutricionais. In: Reis, N.T. *Nutrição Clínica. Interações*. Rio de Janeiro: Ed. Rubio, 2004. p. 367-392.
10. Dutra-de-Oliveira, J.E.; Moreira, E.A.; Portella, O.; Berezovsky, M.W. Normas e Guias Alimentares para a população brasileira. São Paulo: Instituto Danone, 2002.
11. ENDEF. Tabela de composição de alimentos. 1996
12. Ferreira, K.S.; Gomes, J.C.; Bellato, C.R; Jordão, C.P. Concentrações de selênio em alimentos consumidos no Brasil. *Rev. Panamericana de Salud Publica*, vol11,n3, 172-177, 2002.
13. Fisberg, R. et al. Índice de qualidade da dieta: avaliação da adaptação e aplicabilidade. *Revista de Nutrição*, v.17, n.3, p. 301-308, 2004.
14. Fisberg, R.M.; Slater, B.; Marchioni, D.M.L. e Martini, L.A. *Inquéritos alimentares. Métodos e bases científicas*. São Paulo: Manole, 2005.
15. Horwitt, MK. Critique of the requirement for vitamin E. *Am J Clin Nutr* 2001; 73: 1003-5.
16. International Life Science Institute ILSI – Europe Concise monograph series. *Estilos de vida saudáveis – nutrição e atividade física*. São Paulo: ILSI Press, 2002. 58p.
17. International Life Science Institute ILSI. *Usos e Aplicações das Dris (2001)* http://www.unb.br/fs/dri/ilsi_dri.pdf
18. Manore, MM. Effect of physical activity on thiamine, riboflavin and vitamin B6 requirements. *Am J Clin Nutr* 2000; 72(suppl): 598S-606S.
19. Marchioni, D.M.L.; Slater, B.; Fisberg, R.M. Aplicação das Dietary Reference Intakes na avaliação da ingestão de nutrientes para indivíduos. *Revista de Nutrição*. 17(2) 207-216, 2004
20. McCance and Widdowson's *The composition of foods*. United Kingdom: Maff, 1995
21. Ministério da Saúde. *Tabela Brasileira de Composição de Alimentos –TACO* <http://www.unicamp.br/nepa/taco/>
22. Murphy, S. P. and Poos, M.I. Dietary reference Intake: summary of applications in dietary assessment. *Public Health Nutrition* 5(6A):843-9.2002.

Plano de Ensino e Aprendizagem (PEA)

23. NEPA – UNICAMP. Tabela brasileira de composição química de alimentos, 2004.
24. Organización Mundial de la Salud OMS. Documento de consulta para la preparación de una estrategia mundial sobre regime alimentario, actividad física y salud, 2003
25. Painter, J. Rah, J. e Lee, Y. Comparison of international food guide pictorial representations. Journal of the American Dietetic Association. 102(4):483-489, 2002.
26. Peña, M. e Palma, V.M. Guias de alimentación em América Latina. In: Instituto Danone. Alimentação equilibrada para a população brasileira. Florianópolis, 1998 p.32-45.
27. Phillippi, S.T., Latterza, A.R.; Cruz, A.T.R. Pirâmide Alimentar adaptada: guia para escolha de alimentos. Revista de Nutrição, 12(1):65-80, 1999.
28. Phillippi, S.T. Tabela de composição de alimentos: suporte para decisão nutricional. São Paulo: Anvisa, 2001
29. Ribeiro, P; Morais, T.B.; Colugnati, F.A.B.; Sigulem, D. Tabela de composição química de alimentos: análise comparativa com resultados laboratoriais. Revista de Saúde Pública, Vol.37, n. 2:216-225, 2003
30. Russel, RM. The aging process as a modifier of metabolism. Am J Clin Nutr 2000; 72(suppl): 529S-32S.
31. Tomita, L.Y; Cardoso, M. A. Avaliação da lista de alimentos e porções alimentares de Questionário Quantitativo de frequência alimentar em população sadia. Cadernos de Saúde Pública, vol.18,n.6, 1747-1756, 2002.
32. Trabet, MG. Vitamin E: too much or not enough? Am J Clin Nutr 2001; 73: 997-8.
33. Trumbo, p.; Schlicker, S.; Allison, A.Y.; Poos, M. Dietary Reference Intakes for energy, carbohydrate, fiber, fat, fatty acids, cholesterol, protein and aminoacids. Journal of American Dietetic Association, vol102, n.11,.: 1621-1630, 2002.
34. Vieiros, M. e Proença, R.P.C. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio em uma unidade de alimentação e nutrição – Método AQPC. Nutrição em Pauta, set/out, pág 36-42, 2003.
35. Weaver, CM; Fleet, JC. Vitamin D requirements: currents and future. Am J Clin Nutr 2004; 80(suppl): 1735S-9S.
36. World Health Organization WHO. The global strategy on diet, physical activity and health. 2003.