

Ficha 2

UNIDADE CURRICULAR: NUTRIÇÃO ESPORTIVA APLICADA						Código: MA109	
Natureza: () Obrigatória (X) Optativa		(X) Semestral () Anual () Modular					
Pré-requisito: MA109		Co-requisito:		Modalidade: (X) Totalmente Presencial () Totalmente EaD () Parcialmente EaD _____*C.H			
CH Total: 75	Padrão (PD): 0	Laboratório (LB): 0	Campo (CP): 0	Estágio (ES): 0	Orientada (OR): 0	Estágio de Formação Pedagógica (EFP): 00	
CH semanal: 05							
EMENTA (Unidade Didática)							
<p>Prática supervisionada no atendimento nutricional do indivíduo praticante de atividade física e/ou atleta da comunidade acadêmica da UFPR, atendido na Unidade Escola – Casa de Promoção da Saúde.</p> <p>Avaliação do estado nutricional, orientação e planejamento nutricional do praticante de atividade física para promoção da saúde.</p> <p>Avaliação do estado nutricional, orientação e planejamento nutricional para atletas em períodos de treino e competição.</p>							
PROGRAMA (itens de cada unidade didática) *							
<p>Atendimento nutricional de esportistas, contando com: Avaliação da composição corporal; Avaliação do consumo; Diagnóstico Nutricional; Orientação e planejamento nutricional individual; Orientação nutricional em grupo;</p> <p>Planejamento e desenvolvimento de palestras e material informativo sobre Nutrição e Exercício para a comunidade atendida na Unidade Escola.</p>							
OBJETIVO GERAL							
Capacitar o aluno para desenvolver habilidades de avaliação, diagnóstico, e planejamento nutricional para praticantes de atividade física e atletas.							
OBJETIVO ESPECÍFICO							
O aluno ao final de cada tópico/aula deverá:							

- Compreender as etapas de avaliação nutricional e acompanhamento de atletas e esportistas;
- Avaliar a composição corporal e as necessidades nutricionais de atletas e esportistas;
- Compreender a recomendação das necessidades energéticas, bem como, de macronutrientes e micronutrientes de atletas e esportistas;
- Planejar e orientar o plano alimentar de atletas e esportistas.

PROCEDIMENTOS DIDÁTICOS

Problematização: nesta técnica os alunos abordarão o conteúdo previsto a partir de estudos de casos, atendimentos individuais e em grupo que exigirá reflexão, pensamento crítico e criatividade na busca de soluções que contemplem uma postura ética, eficientes e eficazes na solução de problemas apresentados. Utilizando a legislação e a fundamentação teórica, associada às experiências anteriores ao ingresso na universidade, e pertinentes ao objeto de estudo.

FORMAS DE AVALIAÇÃO

FORMAS DE AVALIAÇÃO

Os alunos serão avaliados individualmente a cada encontro presencial quanto:

1. Organização e postura para atendimento ambulatorial;
2. Habilidade para coletar dados importantes para a avaliação global do indivíduo;
3. Capacidade de identificar os problemas e as possíveis causas, sempre visando o atendimento humanizado do indivíduo;
4. Preparo do material para elaboração da conduta nutricional – com fundamentação teórica;
5. Elaboração do plano alimentar de acordo com necessidades de cada paciente.

Nota avaliação Individual: Ao longo do semestre os itens serão avaliados em 2 etapas e pontuados, cada etapa terá pontuação de 50 pontos. Sendo que ao término da avaliação individual, o aluno poderá somar 100 pontos.

Nota do Portfólio. Ao término do semestre o aluno deverá entregar um portfólio das atividades desenvolvidas com o registro de todas as avaliações e condutas.

MÉDIA FINAL = (Nota avaliação individual 1 + Nota avaliação individual 2) + (Nota portfólio) / 2

BIBLIOGRAFIA BÁSICA (mínimo 03 títulos)

Hirschbruch, M.D. Nutrição Esportiva – Uma visão prática. 3^o edição. SP. Manole, 2014.

Position of Dietitians of Canada, the Academy of Nutrition and Dietetics and American College of Sports Medicine. Nutrition and Athletic Performance. Fevereiro, 2016.

McArdle WD, Katch FI, KatchVL, Taranto G. Fisiologia do exercício: Nutrição, Energia e Desempenho humano. Rio de Janeiro, Guanabara-Koogan, 2013.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR (mínimo 05 títulos)

Biesek, S. Alves, L.A. Guerra, L. Estratégias de Nutrição e Suplementação no Esporte. Manole, 1ª Ed. SP, 2005.

Sizer, F, Whitney, E. Nutrição – Conceitos e Controvérsias. Manole, 8ª Ed. SP; 2014

Lancha Junior AH, Lancha-Pereira LO. Nutrição Aplicada à Atividade Motora. 2a. ed. Rio de Janeiro: Atheneu; 2012

KAC, G.; SICHIERI, R.; GIGANTE, D.P. Epidemiologia Nutricional. Rio de Janeiro, Fiocruz/Atheneu, 2007.

Bermon S e cols. Consensus Statement Immunonutrition and Exercise. International Society of Exercise and Immunology : 23:8-50, 2017

Professora(s) da Disciplina:

Profª. Drª. Renata Labronici Bertin

Contato: email: rlbartin@yahoo.com Celular: (41) 99988-1852

Assinatura: _____

Chefe de Departamento ou Unidade equivalente: Profª. Drª. Marcia Regina Messaggi Gomes Dias

Assinatura: _____

*OBS: ao assinalar a opção % EAD, indicar a carga horária que será à distância.

CRONOGRAMA DETALHADO

Data	Tema	Procedimento*	Carga horária
Semana 1 (14/03)	-----	PARTICIPAÇÃO EM EVENTO	----
Semana 2 (20/03)	- <u>Apresentação da ementa, objetivos e cronograma da disciplina:</u> ênfase na importância de leitura do material - Simulação da prática ambulatorial	Casa de Promoção da Saúde	4h/aula
Semana 3 (27/03)	- Simulação da prática ambulatorial	Casa de Promoção da Saúde	4h/aula
Semana 4 (04/04)	- INÍCIO DOS ATENDIMENTOS – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal. **MARCAR APENAS 3 PACIENTES POR DUPLA	Casa de Promoção da Saúde	4h/aula

Semana 5 (11/04)	- INÍCIO DOS ATENDIMENTOS – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal. **MARCAR APENAS 3 PACIENTES POR DUPLA	Casa de Promoção da Saúde	4h/aula
Semana 6 (18/02)	FERIADO SEXTA-FEIRA DA PAIXÃO	----	----
Semana 7 (02/05)	- Atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal. **MARCAR AGENDA COMPLETA	Casa de Promoção da Saúde	4h/aula
Semana 8 (09/05)	- Atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal.	Casa de Promoção da Saúde	4h/aula
Semana 9 (16/05)	- Atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal. Avaliação Individual 1	Casa de Promoção da Saúde	4h/aula
Semana 10 (23/05)	- Atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal.	Casa de Promoção da Saúde	4h/aula
Semana 11 (30/05)	- Atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal.	Casa de Promoção da Saúde	4h/aula
Semana 12 (06/06)	- Atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal.	Casa de Promoção da Saúde	4h/aula
Semana 13 (20/06)	FERIADO - Corpus Christi	----	----
Semana 14 (27/06)	- Atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal.	Casa de Promoção da Saúde	4h/aula
Semana 15 (04/07)	- Atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal. Portfólio – AVALIAÇÃO FINAL	Casa de Promoção da Saúde	4h/aula
Exame final (11/07)	----	----	----

CRONOGRAMA ESTÁ SUJEITO A ALTERAÇÕES, COM AVISO PRÉVIO!!!

Profª. Dra Renata Labronici Bertin