

FICHA 2 - PLANO DE ENSINO

CÓDIGO: MA109	DISCIPLINA: NUTRIÇÃO ESPORTIVA APLICADA				TURMA: A	
NATUREZA: Optativa			MODALIDADE: Presencial			
CH TOTAL: 60h			CH Prática como Componente Curricular (PCC): 0h		CH Atividade Curricular de Extensão (ACE): 0h	
Padrão (PD): 0h	Laboratório (LB): 0h	Campo (CP): 0h	Orientada (OR): 0h	Estágio (ES): 0h	Prática Específica (PE): 60h	Estágio de Formação Pedagógica (EFP): 0h
FICHA 2 PREENCHIDA PELO DOCENTE: RENATA LABRONICI BERTIN						

Criação: 9/2/2026

Modificação: 9/2/2026

EMENTA

Não disponível

PROGRAMA

Atendimento nutricional de esportistas, contando com:

Avaliação da composição corporal;

Avaliação do consumo;

Diagnóstico Nutricional;

Orientação e planejamento nutricional individual;

Orientação nutricional em grupo;

Planejamento e desenvolvimento de palestras e material informativo sobre Nutrição e Exercício para a comunidade atendida na Unidade Escola.

OBJETIVO GERAL

Capacitar o aluno para desenvolver habilidades de avaliação, diagnóstico, e planejamento nutricional para praticantes de atividade física e atletas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

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 AVALIACAO

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

Hirschbruch, M.D. Nutrição Esportiva – Uma visão prática. 3º 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, Katch VL, Taranto G. Fisiologia do exercício: Nutrição, Energia e Desempenho humano. Rio de Janeiro, Guanabara-Koogan, 2013.



BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

Hirchbruch, M.D. Nutrição Esportiva – Uma visão prática. 3º 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.

CRONOGRAMA DE AULAS

DATA	TEMA	PROCEDIMENTO	CARGA HORARIA
(27/02)	<p>- Apresentação da ementa, objetivos e cronograma da disciplina: ênfase na importância de leitura do material</p> <p>- Simulação da prática ambulatorial</p>	---	4h/aula
(06/03)	<p>- Simulação da prática ambulatorial</p>	Atendimento Presencial	4h/aula
(13/03)	<p>- INÍCIO DOS ATENDIMENTOS – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal.</p> <p>**MARCAR APENAS 3 PACIENTES POR DUPLA</p>	Atendimento Presencial	4h/aula
(20/03)	<p>- INÍCIO DOS ATENDIMENTOS – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal.</p> <p>**MARCAR APENAS 3 PACIENTES POR DUPLA</p>	Atendimento Presencial	4h/aula



(27/03)	- INÍCIO DOS ATENDIMENTOS – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal.	Atendimento Presencial	4h/aula
(03/04)	FERIADO SEXTA-FEIRA DA PAIXÃO	----	----
(10/04)	- atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal.	----	----
(17/04)	- atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal.	Atendimento Presencial	4h/aula
(24/04)	- atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal. Avaliação Individual 1	Atendimento Presencial	4h/aula
(01/05)	FERIADO NACIONAL – DIA DO TRABALHO	----	----
(08/05)	- atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal.	Atendimento Presencial	4h/aula
(15/05)	CONBRAN – 12 A 15 DE MAIO	----	----



(22/05)	- atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal.	Atendimento Presencial	4h/aula
(29/05)	- atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal.	Atendimento Presencial	4h/aula
(05/06)	FERIADO - Corpus Christi	----	----
(12/06)	- atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal.	Atendimento Presencial	4h/aula
(19/06)	- atendimentos – anamnese, avaliação do consumo alimentar e rotina de exercícios, avaliação da composição corporal. Portfólio – AVALIAÇÃO FINAL	Atendimento Presencial	4h/aula
(26/06)	EXAME FINAL	----	----

