



SERVICO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E DO DESPORTO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Goiânia - Goiás
Fone: (062) 821-1141 Fax: (062) 821-1185

PROGRAMA DE ENSINO

Departamento: Educação Física		Unidade: Faculdade de Educação Física	
Curso: Educação Física		Grade Curricular – 300 - Ano: 2005	
Disciplina: Educação Nutricional			
Código:	Vigência: 2012	Carga Horária: 64	Período: 1ª série
Docente(s): Maria Sebastiana Silva			
EMENTA DA DISCIPLINA			
Estudo sobre os princípios básicos de nutrição, grupos de alimentos, higiene e aproveitamento de alimentos, crescimento e desenvolvimento humano. Avaliação nutricional e necessidades nutricionais de estudantes da educação básica. Análise crítica dos programas institucionais de alimentação e merenda escolar.			
OBJETIVOS			
A disciplina tem como objetivo assinalar a importância da alimentação adequada para crianças e adolescente (escolares), avaliar de modo crítico os programas institucionais de alimentação para escolares, bem como estabelecer a importância da merenda escolar			
CONTEÚDO PROGRAMÁTICO			
UNIDADE I: <u>Noções básicas sobre alimentação e nutrição:</u> história da alimentação e da nutrição; conceito de nutrição, alimentação, dieta, dietética, alimento e nutriente; nutrição como ciência, hábitos alimentares, alimentação equilibrada, leis da alimentação e planejamento alimentar, alimentação de baixo custo.			
UNIDADE II: <u>Os alimentos:</u> valores atribuídos aos alimentos; classificação dos alimentos em grupos; funções dos alimentos, higiene e qualidade nutricional dos alimentos.			
UNIDADE III: <u>Nutrientes:</u> Macronutrientes: <u>Carboidratos, proteínas e lipídios</u> - conceito; classificação, funções, fontes alimentares e alterações por deficiência e excesso. Proteínas. Micronutrientes: <u>Vitaminas e minerais</u> - conceito, classificação, funções, fontes alimentares e alterações por deficiência e excesso. <u>Água e eletrólitos</u> - água corporal e sua distribuição; funções; balanço hídrico e equilíbrio hidroeletrólítico.			
UNIDADE IV: <u>Alimentação do escolar:</u> crescimento e desenvolvimento da criança e do adolescente,			



SERVICO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E DO DESPORTO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Goiânia - Goiás
Fone: (062) 821-1141 Fax: (062) 821-1185

fatores que interferem na alimentação do escolar, necessidades nutricionais e avaliação nutricional do escolar.

Unidade V: Programas institucionais de alimentação e nutrição: Políticas de Alimentação e Nutrição no Brasil (INAN, PNAN), Diretrizes da Política Nacional de Alimentação e Nutrição : as ações em desenvolvimento, Conjuntura Política Atual, Merenda Escolar.

METODOLOGIA

CRITÉRIOS AVALIATIVOS

Provas dissertativas, seminários e relatório de observação crítica sobre a relação da merenda escolar com as aulas da Educação Física na Escola.

BIBLIOGRAFIA

ESCOTT-STUMP, SYLVIA; MAHAN, L. KATHLEEN. **Alimentos, nutrição e dietoterapia – Krause**. 10 ed. São Paulo: Roca, 2002. 1158 p.

FIGUEIREDO, ROBERTO MARTINS. **A Programa de Redução de Patógenos - Padrões e Procedimentos Operacionais de Sanitização**. São Paulo: Manole. 2002. 165 p. ISBN 1579-2.

FIGUEIREDO, ROBERTO MARTINS. **As armadilhas de uma cozinha - coleção higiene dos alimentos**. São Paulo: Manole. 2002. 223 p. ISBN 1580-6

ISOSAKI, MITSUE; CARDOSO, ELISABETH. **Manual de Dietoterapia & Avaliação Nutricional**. São Paulo: Atheneu. 2002. 228 p. ISBN - 8573796820

MENEZES, C.; PEIXINHO, A., MIRANDA, R. N., SILVA, D. O., RODRIGUES, M. M., MOTA, R.

MONTEIRO, J. P.; CAMELO JR., J. S. **Caminhos da nutrição e terapia nutricional da concepção à adolescência**. São Paulo: Guanabara Koogan. 2007.

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. **El estado físico: uso e interpretación de la antropometría**. Ginebra, 1995. 521p. (OMS, Série de Informes Técnicos, 854). ISBN 92 4 320854 3

PHILUPI, SONIA TUCUNDUVA. **Nutrição e Técnica Dietética**. São Paulo: Manole, 2002. 400 p. ISBN: 852041527X.



SERVICO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E DO DESPORTO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Goiânia - Goiás
Fone: (062) 821-1141 Fax: (062) 821-1185

Políticas de segurança alimentar e nutricional para grupos populacionais específicos. Grupo de Trabalho de Alimentação Escolar da Câmara Temática 3. Relatório de Apresentação de Propostas. Período de Outubro de 2004 a Abril de 2005. 2005.

ROSS, A. CATHARINE; OLSON, JAMES A.; SHILS, MAURICE E.; SHIKE MOSHE. **Tratado de Nutrição Moderna na Saúde e na Doença** São Paulo: Manole. 2002. 2122 p. ISBN: 8520411207.

SÁ, NEIDE GAUDENCI DE. **Nutrição e Dietética.** São Paulo: Nobel. 2004. 174 p. ISBN: 8521300611.

TIRAPEGUI, JULIO. **Nutrição - fundamentos e aspectos atuais.** São Paulo: Atheneu. 2000. 284 p.

VITOLO, MARCIA REGINA. **Nutrição: da Gestão a Adolescência.** São Paulo: Reichmann & Affonso. 2003. 336 p. ISBN: 8587148737.

VITOLO, MARCIA REGINA; REICHMANN E AFFONSO. **Nutrição - da gestação a adolescência .** São Paulo: C2 Editora. 2003. 336 p.

WHITNEY, ELEANOR; SIZER, FRANCES. **Nutrição – conceitos e controvérsias.** São Paulo: Manole. 2002. 800p. ISBN: 8520411975.

Coordenador(a) do Curso

FEE – Prof. Ms Hugo Leonardo Fonseca da Silva

Diretor da Unidade

FEE – Profa.^a Dra. Anegleyce Teodoro Rodrigues

Em 18/02/2012