



UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
FACULDADE DE SAÚDE PÚBLICA
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO
Av. Dr. Arnaldo, 715 - CEP: 01246-904 - São Paulo.
Fone: 3061 - 7736 / 7705 / 7762 / 77771
Fone/Fax: (011) 3062-6748

Programa HNT 208 – Nutrição Humana – Noturno 2023

Professora responsável: Marly Augusto Cardoso

Objetivo geral da disciplina: Proporcionar ao aluno conhecimentos básicos sobre o papel dos nutrientes na manutenção adequada dos processos metabólicos, necessidades e recomendações nutricionais para promoção da alimentação saudável de indivíduos e populações.

Dia	Modo	Tema da aula com materiais correspondentes no moodle (vídeo-aula, arquivo powerpoint, leituras recomendadas)	Atividade complementar:
26/10	Presencial 19h00	Apresentação da Disciplina Introdução à Nutrição Humana - Material para leitura/consulta obrigatória indicada no ambiente virtual sobre Recomendações Nutricionais, Carboidratos e Proteínas	Leitura obrigatória: - Recomendações nutricionais - Guia Alimentar da População Brasileira 2014.
31/10	-19h00	- Aula presencial/Exercício 1: Carboidratos e Proteínas - Material para leitura/consulta indicada no ambiente virtual sobre Lipídeos	Exercício 1 Envio via moodle em pdf
07/11	-19h00	- Aula presencial/Exercício 2: Lipídeos - Material para leitura/consulta indicada no ambiente virtual sobre Estimativa do Gasto energético	Exercício 2 Envio via moodle em pdf
09/11	-19h00	- Aula presencial/Exercício 3: Estimativa do Gasto Energético - Material para leitura/consulta indicada no ambiente virtual sobre Vitaminas lipossolúveis	Exercício 3 Envio via moodle em pdf Definição de grupos e temas para seminários pelo doodle
14/11	-19h00	- Aula presencial/Exercício 4: Vitaminas Lipossolúveis - Material para leitura/consulta indicada no ambiente virtual sobre Vitaminas hidrossolúveis	Exercício 4 Envio via moodle em pdf
16/11	-19h00	- Aula presencial/Exercício 5: Vitaminas Hidrossolúveis - Material para leitura/consulta indicada no ambiente virtual sobre Minerais	Exercício 5 Envio via moodle em pdf
21/11	-19h00	- Aula presencial/Exercício 6: Minerais - Orientações sobre seminários	Exercício 6 Envio via moodle em pdf
05/12	-19h00	- Apresentação seminário (forma de livre escolha: vídeo ou página no instagram/facebook) de até 15 minutos, em grupo de mínimo 3 e máximo 5 alunos. O tema é de livre escolha com discussão de fundamentação científica em relação a práticas e/ou modismos alimentares com base nos conteúdos teóricos da disciplina.	

12/12	-Moodle	Avaliação sobre Vitaminas. Envio via moodle em pdf até às 23h55
14/12	-Moodle	Avaliação sobre Minerais. Envio via moodle em pdf até às 23h55

PROCEDIMENTOS DIDÁTICOS: aulas em vídeos; metodologia ativa “team-based” para discussão e resolução de exercícios com professora e monitores, plantão de dúvidas, pesquisa individual e seminário em grupo.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO: A nota final da disciplina será calculada pela soma das notas obtidas nos 6 exercícios, duas avaliações e seminário, dividido por 9 (pesos iguais para todas as atividades). Alguns exemplos de material produzido em seminários e divulgado nas páginas eletrônicas da Faculdade de Saúde Pública - exemplos da edição 2020: https://www.instagram.com/p/CIS1oWmHXWg/?utm_source=ig_web_copy_link
https://www.instagram.com/p/CHXzMyNngqf/?utm_source=ig_web_copy_link

BIBLIOGRAFIA BÁSICA

Cardoso MA, Scagliusi FB (Org). *Nutrição e Dietética*. 2ª. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2019. [disponível na plataforma "Minha Biblioteca"]

Shils ME, Shike M, Ross AC, Caballero B, Cousins RJ. *Nutrição moderna na saúde e na doença*. 10ª ed. Barueri: Manole, 2009. [disponível na plataforma "Minha Biblioteca"]

Food and Nutrition Board, Institute of Medicine. Otten JJ, Hellwig JP, Meyers LD (Editors). *Dietary reference intakes: the essential guide to nutrient requirements*. Washington: National Academies Press, 2006.

WHO. **Vitamin and mineral requirements in human nutrition**, 2nd ed. Geneva: World Health Organization, 2015. Disponível em: <http://www.who.int/iris/handle/10665/42716>.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

Arquivos para leitura complementar de cada aula serão disponibilizados no ambiente virtual da disciplina no *moodle*.