



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 – Matutino 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:
11/10	Presencial 9h00	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.
18/10	-8h-9h00 9h00	- leitura/consulta indicada no ambiente virtual - Aula presencial/Exercício 1: Carboidratos e Proteínas	Exercício 1 Envio via moodle em pdf
25/10	-8h-9h00 -9h00	- leitura/consulta indicada no ambiente virtual - Aula presencial/Exercício 2: Lipídeos	Exercício 2 Envio via moodle em pdf
01/11	-8h-9h00 - 9h00	- leitura/consulta indicada no ambiente virtual - Aula presencial/Exercício 3: Estimativa do Gasto Energético	Exercício 3 Envio via moodle em pdf Definição de grupos e temas para seminários pelo doodle
08/11	-8h-9h00 -9h00	-- leitura/consulta indicada no ambiente virtual - Aula presencial/Exercício 4: Vitaminas Lipossolúveis	Exercício 4 Envio via moodle em pdf
13/11	-8h-9h00 -9h00	- leitura/consulta indicada no ambiente virtual - Aula presencial/Exercício 5: Vitaminas Hidrossolúveis	Exercício 5 Envio via moodle em pdf
22/11	-8h-9h00 - 9h00	- leitura/consulta indicada no ambiente virtual - Aula presencial/Exercício 6: Minerais - Orientações sobre seminários	Exercício 6 Envio via moodle em pdf
06/12	-8h00	- 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.	

11/12	-Moodle	Avaliação sobre Vitaminas. Envio via moodle em pdf até às 23h55
13/12	-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, 2 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*.