



Ministério da Educação  
Universidade Federal do Amazonas  
Coordenação Acadêmica - ISB

## EMENTA

### ISN046 - NUTRIÇÃO NORMAL E DIETÉTICA

105 horas | Crédito: 6.5.1 | Pré - Requisito: ISN039 e ISN008

#### EMENTA

Introdução à dietética. Finalidades e leis da alimentação. Guias alimentares. Biodisponibilidade de nutrientes. Recomendações nutricionais e análise de ingestão de energia, água, macros e micronutrientes. Análise qualitativa da proteína. Aspecto energético do plano alimentar. Vegetarianismo. Planejamento dietético dos grupos: pré-escolar, escolar, adolescente, adulto e idoso. Criação de listas de substitutos alimentares. Dietas qualitativas e dietas quantitativas. Software aplicado à Nutrição. Prescrição dietoterápica.

#### OBJETIVOS

##### GERAL

Realizar o planejamento e a avaliação dietética aplicando adequadamente as recomendações nutricionais e ajustando-as às condições biológicas e socioeconômicas.

##### ESPECÍFICOS

1. Estudar conceitos, finalidades e biodisponibilidade no planejamento dietético.
2. Conhecer as necessidades energéticas e nutricionais nas diversas faixas etárias.
3. Estudar a aplicabilidade dos guias alimentares com alimentos regionais.
4. Realizar avaliação e adequação quantitativa e qualitativa do consumo alimentar nos ciclos da vida.
5. Utilizar softwares aplicados a nutrição no planejamento dietético.

#### REFERÊNCIAS

##### BÁSICAS

1. COZZOLINO, S. M. F. (Org.). Biodisponibilidade de nutrientes. 3. ed. Barueri, SP: Manole, 2009.
2. COZZOLINO, S. M. F; COMINETTI, C. Bases bioquímicas e fisiológicas da nutrição. Barueri, SP: 2013. 1288 p.
3. GOMES, C. E. T; SANTOS, E. C dos. Nutrição e Dietética - Série Eixos -Ambiente e Saúde. Editora Érica, 2014. 120 p.
4. GUIMARÃES, A. F.; GALISA, M. S. Cálculos nutricionais: conceitos e aplicações práticas. São Paulo: M. Books do Brasil Editora Ltda, 2008.
5. MAHAN, L. K.; RAYMOND, J. L. Krause - Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. 14. ed. Rio de Janeiro:

Elsevier, 2018.

### COMPLEMENTARES

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. Brasília, 2014. Disponível em: <[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira\\_2ed.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf)>.
2. GALISA, M. S.; ESPERANÇA, L. M. B.; SÁ, N. G. Nutrição: conceitos e aplicações. São Paulo: M. Books do Brasil, 2008.
3. GOMES, C. E. T; SANTOS, E.C dos. Planejamento Alimentar - Educação Nutricional nas diversas fases da vida - Série Eixos. Editora Érica. 2014. 127p.
4. NÚCLEO EM ESTUDOS E PESQUISAS EM ALIMENTAÇÃO (NEPA). Tabela Brasileira de Composição de Alimentos (TACO). 4. ed. Campinas, SP: UNICAMP, 2011. Disponível em: <[http://www.unicamp.br/nepa/taco/contar/taco\\_4\\_edicao\\_ampliada\\_e\\_revisada](http://www.unicamp.br/nepa/taco/contar/taco_4_edicao_ampliada_e_revisada)>.
5. PHILIPPI, S. T. Pirâmide dos alimentos: fundamentos básicos da nutrição. Barueri, SP: Manole, 2008.
6. VITOLLO, M. R. Nutrição: da gestação ao envelhecimento. Rio de Janeiro, RJ: Rubio, 2008. 628 p.

Coari, 27 de setembro de 2019



Documento assinado eletronicamente por **Gustavo Bernardes Fanaro, Coordenador de Curso**, em 07/10/2019, às 16:03, conforme horário oficial de Manaus, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site [https://sei.ufam.edu.br/sei/controlador\\_externo.php?acao=documento\\_conferir&id\\_orgao\\_acesso\\_externo=0](https://sei.ufam.edu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0), informando o código verificador **0033343** e o código CRC **2D98D73A**.

Estrada Coari-Mamiá - Bairro Espírito Santo nº 305 - Telefone: (92) 3305-1181 / Ramal 2193  
CEP 69.460-000, Coari/AM, [caisb@ufam.edu.br](mailto:caisb@ufam.edu.br)

Referência: Processo nº 23105.005662/2019-11

SEI nº 0033343