

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

1.DESIGNAÇÃO DA UNIDADE CURRICULAR / DESIGNATION OF CURRICULAR UNIT:

Nutrição e Dietética / Nutrition and Dietetics

2.SIGLA DA ÁREA CIENTÍFICA EM QUE SE INSERE / SCIENTIFIC AREA ACRONYM:

421

3.DURAÇÃO / DURATION (Anual, Semestral)

Semestral

4.HORAS DE TRABALHO / WORK HOURS (número total de horas)

52

5.HORAS DE CONTACTO / CONTACT HOURS (discriminadas por tipo de metodologia adotado: T - Teóricas; TP -Teórico-Prático; PL - Prático e Laboratorial; E - Estágio; S - Seminário; OT - Orientação Tutorial)

T:21

6.ECTS

2

7.OBSERVAÇÕES / OBSERVATIONS (assinalar sempre que a UC seja optativa)

8.REGENTE E RESPETIVA CARGA LETIVA NA UNIDADE CURRICULAR (PREENCHER NOME COMPLETO) / RESPONSIBLE ACADEMIC STAFF MEMBER AND LECTURING LOAD IN THE CURRICULAR UNIT (FILL IN THE FULLNAME):

Jacinta Pires Martins

9.OUTROS DOCENTES E RESPETIVAS CARGAS LETIVAS NA UNIDADE CURRICULAR (PREENCHER NOME COMPLETO) / OTHER ACADEMIC STAFF AND LECTURING LOAD IN THE CURRICULAR UNIT:

Joana Filipa Alhinho Martins Narciso Silva

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

Nutrição e Dietética / Nutrition and Dietetics

10.OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM (CONHECIMENTOS, APTIDÕES E COMPETÊNCIAS A DESENVOLVER PELOS ESTUDANTES) / LEARNING OUTCOMES OF THE CURRICULAR UNIT:

- Distinguir nutrição de alimentação;
- Identificar as unidades básicas dos nutrientes, valores nutricionais de alimentos e sua composição;
- Colaborar na avaliação das necessidades nutricionais nas várias fases da vida;
- Compreender as consequências de má nutrição para o organismo;
- Descrever tipos de doenças que afetam a estado nutricional;
- Conhecer as dietas hospitalares e diferentes tipos de alimentação (entérico/parentérico);
- Compreender a patofisiologia de doenças como a obesidade e a anorexia com forte componente psicológica;
- Discutir políticas de saúde pública, suas implicações e eficácia, bem como o seu efeito nas empresas de produtos alimentares.

- Distinguish nutrition from food;
- Identify the basic units of nutrients, nutritional values of foods and their composition;
- Collaborate in the assessment of nutritional needs in the various stages of life;
- Understand the consequences of poor nutrition for the body;
- Describe types of diseases that affect nutritional status;
- To know the hospital diets and different types of feeding (enteral/parenteral);
- Understand the pathophysiology of diseases such as obesity and anorexia, with a strong psychological component;
- Discuss public health policies, their implications and effectiveness, as well as their effect on food companies.

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

Nutrição e Dietética / Nutrition and Dietetics

11.CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS / SYLLABUS:

1.Bioquímica Nutricional: 1.1 Conceitos fundamentais em nutrição; 1.2 Micro e Macronutrientes
2.Avaliação do estado nutricional e necessidades no ciclo de vida: 2.1 Gravidez; 2.2 Pediátrica; 2.3 Adolescência; 2.4 Fase adulta; 2.5 Geriátrica.
3. Dietas Hospitalares, entéricas e parentéricas: 3.1 Variantes e objetivos; 3.2 Texturas e adaptabilidade; 3.3 Técnicas de Avaliação; 3.4 Suplementação nutricional entérica e parentérica.
4. Intervenções alimentares individuais e de Saúde Pública: 4.1 Base biológica de distúrbios alimentares e intervenções clínicas e comunitárias; 4.2 Marketing; estratégias empresariais e governamentais.
5. Nutrição na Doença: 5.1 Doença Oncológica; 5.2 Doença Renal e Hemodiálise/ Peritoneal; 5.3 Síndromes má-absorção, Crohn e Celíacos; 5.4 Anorexia/bulimia; 5.5 Obesidade, diabetes e dislipidemias; 5.6 Disfagias e AVC.

1. Nutritional Biochemistry: 1.1 Fundamental concepts in nutrition; 1.2 Macro and Micronutrients.
2. Evaluation of nutritional status and different nutritional needs during the human life cycle: 2.1 Pregnancy; 2.2 Paediatrics; 2.3 Adolescence; 2.4 Adulthood; 2.5 Geriatrics.
3. Hospital diets, enteral and parenteral feeding: 3.1 Variability and objectives; 3.2 Texture and adaptability; 3.3 Evaluation techniques; 3.4 Supplementation through enteral and parenteral nutrition.
4. Individual and Public Health dietary interventions: 4.1 Biological basis of food-related disorders, and clinical and community interventions; 4.2 Marketing; companies' and government's strategies.
5. Nutrition in disease: 5.1 Oncological; 5.2 Renal; 5.3 Malabsorption syndromes; Crohn's and Celiac; 5.4 Anorexia/Bulimia; 5.5 Obesity, diabetes and dyslipidaemia; 5.6 Dysphagia and stroke.

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

Nutrição e Dietética / Nutrition and Dietetics

12.DEMONSTRAÇÃO DA COERÊNCIA DOS CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS COM OS OBJETIVOS DA UNIDADE CURRICULAR / DEMONSTRATION OF THE SYLLABUS COHERENCE WITH THE CURRICULAR UNIT'S OBJECTIVES

Os objetivos de aprendizagem da Unidade Curricular de Nutrição e Dietética visam um bom conhecimento da importância da nutrição como promotor de saúde, tal como compreensão aprofundada da interação entre alimentação e doença. Os conteúdos programáticos estão desenhados para que o estudante seja capacitado para compreender os diferentes contextos culturais de alimentação, bem como os fatores atuais que influenciam a dieta humana, incluindo políticas de saúde pública pertinentes para a saúde colectiva, bem como intervenções individuais na prática clínica. O programa inclui também uma abordagem holística às doenças relacionadas com a alimentação e distúrbios alimentares, para que possam compreender as suas várias dimensões num contexto clínico e servir de base de conhecimento nos cuidados de saúde. As implicações éticas e humanas são abordadas no programa, para que o estudante tenha um conhecimento geral das práticas atuais na indústria alimentar, com vista a desenvolver o seu pensamento crítico e de avaliação.

The Nutrition and Dietetics CU intended learning outcomes aim to offer a good knowledge of the importance of nutrition as a promotor of health, as well as an understanding of the interaction between diet and disease. The syllabus is designed in such manner that the student acquires the ability to understand different cultural and historical contexts of nutrition, as well as current factors that influence human diet, including health policies that are pertinent for the health of the public, and individual interventions in clinical practice. The syllabus also includes a holistic approach to diseases related to food and food-related disorders, to provide a good understanding of the several dimensions in a clinical context, and also as a basis of knowledge in healthcare. Ethical and human implications are also approached throughout the course, aiming for a gener.

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

Nutrição e Dietética / Nutrition and Dietetics

13.METODOLOGIAS DE ENSINO (AVALIAÇÃO INCLUÍDA) / TEACHING METHODOLOGIES (INCLUDING EVALUATION):

A metodologia de ensino e estratégias de ensino/aprendizagem baseiam-se no princípio da participação ativa dos estudantes, estando presentes os princípios do processo de Bolonha. As aulas de tipologia teórica consistem na exposição interativa de conteúdos e pressupõem a participação do estudante na resolução de problemas para discussão e elucidação dos conceitos com recurso a imagens e textos selecionados.

A aquisição de competências/conhecimentos é avaliada através de teste escrito com um peso de 100%, podendo o estudante optar por realizar avaliação por Exame, que engloba todos os conteúdos lecionados na Unidade Curricular. Nesta unidade curricular, podem vir a ser contempladas sessões de seminário para o desenvolvimento de temáticas, com presença obrigatória dos estudantes, sempre que, estas, sejam identificadas como essenciais e determinantes para o processo formativo e objetivos de aprendizagem dos estudantes. Pelo que, neste caso, se faz constar esta possibilidade na presente FUC.

The teaching methodology and teaching/learning strategies are based on the principle of active participation of students, with Bologna process principles. Theoretical sessions/ Lectures comprise interactive presentation of the subject matter, which expects active participation of the student in problem-solving activities that are discussed in class, and explanation/clarification of key concepts using selected figures and texts.

The acquisition of skills/knowledge is assessed through a written test with a weight of 100%, and the student can choose to carry out an assessment by Exam, which encompasses all the contents taught in the Curricular Unit.

In this curricular unit, seminar sessions may be contemplated for the development of themes, with compulsory attendance by students, whenever these are identified as essential and decisive for the students' training process and learning objectives. Therefore, in this case, this possibility is included in this FUC.

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

Nutrição e Dietética / Nutrition and Dietetics

14.DEMONSTRAÇÃO DA COERÊNCIA DAS METODOLOGIAS DE ENSINO COM OS OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM DA UNIDADE CURRICULAR / DEMONSTRATION OF THE COHERENCE BETWEEN THE TEACHING METHODOLOGIES AND THE LEARNING OUTCOMES:

A exposição teórica dos conteúdos programáticos da disciplina permite uma compreensão e conhecimento geral da nutrição e dietética e da sua relevância para a saúde e prática clínica. Durante as sessões teóricas, actividades interactivas (questões e exemplos para discussão) permitem ao estudante desenvolver capacidade crítica e de análise dos temas lecionados.

The theoretical sessions of the course' syllabus allows for a general understanding and knowledge in nutrition and dietetics, and of its relevance for health and clinical practice. During lectures, interactive activities (questions and examples to be discussed) allow the student to develop critical and analytical abilities of the lectured themes.

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

Nutrição e Dietética / Nutrition and Dietetics

15.BIBLIOGRAFIA PRINCIPAL / MAIN BIBLIOGRAPHY:

Gibney, M. J. (2024). *Clinical nutrition* (6ª ed.). Wiley-Blackwell.

Gregório, M. J., Guedes, L., & Mendes de Sousa, L. (2019). Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável. Direção-Geral da Saúde. [https://www.dgs.pt/Nestle, M. \(2021\). Food politics: How the food industry influences nutrition and health \(3ª ed.\). University of California Press](https://www.dgs.pt/Nestle, M. (2021). Food politics: How the food industry influences nutrition and health (3ª ed.). University of California Press).

Raymond, J. L., & Morrow, K. (2020). *Krause e Mahan: Alimentos, Nutrição e o Processo de Cuidado Nutricional* (15ª ed.). Elsevier.

Rolfes, S. R., Pinna, K., & Whitney, E. (2022). *Nutrition through the life cycle* (7ª ed.). Cengage Learning.

Singer, P., Blaser, A. R., Berger, M. M., Alhazzani, W., Calder, P. C., Casaer, M. P., Hiesmayr, M., Mayer, K., Montejó, J. C., Pichard, C., Preiser, J.-C., van Zanten, A. R. H., Oczkowski, S., Szczeklik, W., & Bischoff, S. C. (2019). ESPEN guideline on clinical nutrition in the intensive care unit. *Clinical Nutrition*, 38(1), 48 -79. <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2018.08.037>

Vellas, B., Guerin, O., & Pautex, S. (2019). Hydration in geriatrics. *Clinical Nutrition*, 38(1), 10 -47. <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2018.05.02>

Outros artigos e recursos disponibilizados pela docente.