



CEST: MISSÃO E VISÃO

Missão	<i>Promover educação superior de excelência, formando profissionais competentes e éticos, cidadãos comprometidos com o desenvolvimento da sociedade e com o segmento das pessoas com deficiência, conscientes de sua função transformadora.</i>
Visão	<i>Ser referência regional em educação superior, reconhecida pela excelência de sua atuação e compromisso social.</i>

DADOS DA DISCIPLINA

CÓDIGO	NOME	CH TOTAL	PERÍODO	HORÁRIO
1286	Nutrição e Estética	60h	4º	NOTURNO

EMENTA

Noções de nutrição aplicada à estética. Conceitos básicos de alimentação, nutrição e nutrientes. Reeducação alimentar. Os benefícios da alimentação a manutenção da saúde e beleza.

OBJETIVOS

GERAL:

Proporcionar a compreensão de concepções acerca da Nutrição e sua relação com a Estética com reflexão sobre suas implicações à saúde humana.

ESPECÍFICOS:

- Possibilitar ao aluno o conhecimento dos principais conceitos nutricionais de um indivíduo e como isso se reflete na conquista e manutenção da saúde e boa forma;
- Conhecer a composição nutricional dos principais grupos de alimentos;
- Capacitar profissionais tornando-os aptos a ação multidisciplinar, nos processos relacionados com a prática nos diversos espaços de trabalho;
- Aprofundar conhecimentos da nutrição em estética compreendendo sua contribuição a fim de atenuar danos causados pela acne, envelhecimento cutâneo, celulite, flacidez.
- Compreender a funcionalidade individual dos nutrientes a fim de tratar carências específicas;
- Entender como a nutrição aplicada à estética pode contribuir com o emagrecimento, promoção da saúde e a autoestima dos pacientes.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

UNIDADE I - (PRINCÍPIOS NUTRICIONAIS - 20h)

- 1.1 Introdução: Alimentação, alimento, nutrição, nutriente
- 1.2 Conceitos básicos, classificação, função e fonte de nutrientes
- 1.3 Macronutrientes: carboidratos, proteínas e lipídeos
- 1.4 Micronutrientes: vitaminas e minerais
- 1.5 Água

UNIDADE II - (CUIDADO NUTRICIONAL - 15h)

- 2.1 Guias Alimentares
- 2.2 Dietas da Moda, Alimentos funcionais e Alimentos Diet x Light x Zero
- 2.3 Nutricosméticos x nutracêuticos

UNIDADE III (NUTRIÇÃO PARA A SAÚDE E BOA FORMA - 25h)

- 3.1 Desordens Estéticas Corporais e Síndrome da Desarmonia Corporal
- 3.2 Nutrientes no Envelhecimento Cutâneo
- 3.3 Nutrição nos Tratamentos Estéticos Não Invasivos
- 3.4 Nutrição no Pré- e no Pós-operatório de Cirurgia Plástica Estética

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Aulas expositivas e dialogadas de forma síncrona, com uso das ferramentas Classroom, Meet etc; Trabalhos individuais e em grupos; Vídeo-aulas; PodCast's; Formulários do Google® com questões de fixação dos conteúdos; Gamificação de conteúdos (Kahoot®, Quiz, Mentimeter® etc); Discussão de textos e artigos científicos, estudos de casos; TBL (Team-Based Learning/Aprendizado baseado em equipe); Sala de aula invertida.

Serão disponibilizados materiais instrucionais pelos docentes (vídeos, tutoriais, textos, debates, estudo de casos, roteiros explicativos etc) e propostas tarefas formativas a serem realizadas pelos estudantes de modo síncrono e/ou assíncrono, pela Plataforma Google Educacional, por meio das ferramentas Classroom e Meet.

TRABALHOS DISCENTES EFETIVOS – TDE's

TDE 1:

- Leitura e discussão do artigo "A influência da alimentação no envelhecimento e nas desordens estéticas: uma revisão integrativa", com posterior elaboração de produção textual de forma individual acerca do que foi discutido em sala de aula. (3h)

TDE 2:

- Elaboração de um mapa mental sobre o cuidado nutricional em uma desordem estética. (5h)

RECURSOS DIDÁTICOS E TECNOLOGIA EDUCACIONAL APLICADA

Data Show; Internet; Ferramentas da Plataforma Google Educacional; Quadro branco e Pincel; Kahoot; Socrative.

SISTEMA DE AVALIAÇÃO DA APRENDIZAGEM

- INSTRUÇÕES BÁSICAS

A avaliação tem caráter processual (diagnóstico, formativo e somativo), objetivando o acompanhamento do desempenho do aluno no decorrer da disciplina, para tanto, devem ser considerados aspectos qualitativos como a participação ativa nas aulas e atividades acadêmicas, o relacionamento aluno-professor e aluno-aluno, a cooperação, a competência fundamentada na segurança dos conhecimentos adquiridos, a autonomia para aprofundar os conhecimentos, a pontualidade, o cumprimento de prazos na entrega de trabalhos, dentre outros.

Cotidianamente, a cada aula, a avaliação ocorrerá com base em procedimentos como: discussão de temas relacionados aos conteúdos; exercícios escritos; construção de mapas mentais, produção textual; estudos dirigidos; demais atividades avaliativas correlacionadas aos objetivos da unidade de estudo.

Além dos aspectos qualitativos, serão observados critérios objetivos com base nas normativas institucionais:

- a) frequência mínima de 75% da carga horária da disciplina;
- b) 2 (duas) avaliações formais (provas), cada uma na proporção mínima de 70% para composição da nota; atividades acadêmicas individuais, na proporção de até 30% para a composição da nota, quando se fizerem complementar à prova.

As três notas parciais exigidas ao aluno, obedecida a Resolução nº 015/2020 – CEPE, serão obtidas da seguinte forma: realização de 02 (duas) avaliações formais, das quais resultarão 02 (duas) Notas Parciais, sendo que, para constar no Sistema Acadêmico, a 3ª Nota Parcial será registrada a partir da repetição da maior nota dentre as notas obtidas nas 02 (duas) avaliações formais;

As 1ª e 2ª Notas Parciais, resultantes da primeira e da segunda avaliação formal, respectivamente, serão compostas pela junção da aplicação remota de um instrumento avaliativo formal (qualitativo ou quali quantitativo) com o desenvolvimento, das atividades acadêmicas propostas pelo docente (síncronas e/ou assíncronas), pelo aluno, durante o período preparatório e antecedente à data da aplicação do instrumento avaliativo formal.

A aplicação dos **instrumentos avaliativos formais** será feita por meio remoto e terá peso de, no mínimo, 70% (setenta por cento), na composição das Notas Parciais, da seguinte forma:

a) a avaliação quali quantitativa será elaborada nos moldes da Resolução CEPE nº 072/2011 Consolidada e aplicada por plataforma digital;

b) a avaliação qualitativa será realizada com base no instrumento avaliativo qualitativo, conforme a Resolução nº 015/2020.

Dentre as **atividades acadêmicas** previstas pelo docente, devem ser consideradas:

a) de forma obrigatória para composição da nota da 1ª ou da 2ª avaliação:

- a leitura e interpretação do artigo científico que subsidiarão uma produção textual a ser feita pelo aluno, individualmente, a partir de um tema ou questionamentos propostos pelo professor, com base no artigo indicado; essa produção terá peso de 30% na composição da nota.

b) de forma opcional para composição da outra avaliação para a qual não foi adotado o artigo:

- TDE: caso seja pontuado, poderá ser aproveitado para composição de uma da nota no percentual de até 30%; ou

- outra atividade que o docente julgar pertinente para aprofundamento da aprendizagem e consolidação dos conteúdos poderá ser aproveitada para composição da nota no percentual de até 30%.

Em consonância às normas institucionais, não obtendo média para aprovação a partir das três notas parciais, o discente automaticamente estará inscrito para realizar a prova substitutiva e, caso ainda não seja aprovado, mas tendo alcançado a média quatro, se submeterá à prova final.

- PROPOSTA DE AVALIAÇÃO DA DISCIPLINA:

A aplicação dos instrumentos avaliativos formais será feita por meio remoto e terá **peso de 70% (setenta por cento), na composição das Notas Parciais**, da seguinte forma:

a) para o primeiro bimestre será aplicada a avaliação qualitativa que será realizada com base no instrumento avaliativo qualitativo conforme a Resolução nº 015/2020 e será realizada por meio da Plataforma Google Classroom Meet.

b) para o segundo bimestre será aplicada a avaliação quali quantitativa elaborada nos moldes da Resolução CEPE nº 072/2011 Consolidada e aplicada pela Plataforma MestreGR.

Dentre as atividades acadêmicas que terão **peso de 30% na composição das notas** estão previstas:

- a leitura e interpretação de artigo científico que subsidiarão uma produção textual a ser feita pelo aluno, individualmente, a partir de um questionamento proposto pelo professor, com base no artigo indicado para a 1ª nota.

- TDE: elaboração de um mapa mental sobre o cuidado nutricional em uma desordem estética, previsto para a 2ª nota.

ARTIGO CIENTÍFICO E TEXTO PARA ATIVIDADES ACADÊMICAS

- Artigo científico: Tratamento estético: impacto da prescrição nutricional nos resultados.

. Referência: DUARTE, E. A. S.; SOUZA, C. T.; FRANCISQUETI, F. V. Tratamento estético: impacto da prescrição nutricional nos resultados. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**. v.12, n. 71, p.329-335, 2018.

- Atividade: Fichamento dos pontos principais do artigo.



BIBLIOGRAFIA

Básicas

ADAMI, Eliana Rezende. **Nutracêuticos e nutricosméticos**. São Paulo: Contentus, 2020. *E-book*
CURRIE, Karem L.; CARVALHO, Sheila E. Currie de. **Nutrição: interdisciplinaridade na prática**. São Paulo: Papyrus Editora, 2021. *E-book*
PUJOL, Ana Paula. **Nutrição aplicada à estética**. 2. ed. São Paulo: Rubio, 2020.

Complementares

BIESALSKI, H.; GRIMM, P. **Nutrição: textos e atlas**. Porto Alegre: Artmed, 2007.
CUPPARI, Lilian; SCHOR, Nestor. **Guia de nutrição: nutrição clínica no adulto**. 2. ed. Barueri, SP: Manole, 2005.
FREITAS, Suzana Maria de Lemos. **Alimentos com Alegação Diet ou Light**. São Paulo: Atheneu, 2010. *E-book*
PHILIPPI, Sonia Tucunduva (org.). **Pirâmide dos alimentos: fundamentos básicos da nutrição**. Barueri: Manole, 2008.
SALGADO, Joceleem. **Alimentos funcionais**. São Paulo: Editora Oficina de textos, 2017. *E-book*

São Luís, 20 de janeiro de 2022.

Allanne Pereira Araújo
Professor(a)

Renir Cardoso Brito Rocha

Coordenador(a)

Aprovado em Conselho de Curso
no dia 03 /02 /2022