

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
	Nutrição e Estética	60h	4º	Segunda-feira: 18h10 às 20h40

PROFESSOR(A)

Profa. Ma. Janaina Maiana Abreu Barbosa

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

<p>GERAL Proporcionar aos alunos uma visão ampla sobre planejamento, execução e gestão de serviços relacionados à estética, beleza e saúde, favorecendo o bem-estar físico e mental.</p> <p>ESPECÍFICOS</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - Habilitar os profissionais para o uso correto das diversas metodologias de produtos utilizados nos procedimentos estéticos e terapêuticos; - Capacitar profissionais tornando os aptos a ação multidisciplinar, nos processos relacionados com a prática nos diversos espaços de trabalho; - Habilitar profissionais para que estabeleçam um canal de comunicação nas áreas da saúde e beleza, colocando-se no mercado de trabalho como uma mão-de-obra capaz de interagir nos âmbitos correlacionados a estética, beleza e saúde, visando o equilíbrio da qualidade de vida do ser humano.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

UNIDADE I – PRINCÍPIOS NUTRICIONAIS (20h)

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

UNIDADE II – CUIDADO NUTRICIONAL (20h)

- Guias Alimentares
- Dietas da Moda
- Alimentos funcionais
- Alimentos diet x light
- Nutricosméticos x nutracêuticos

UNIDADE III – NUTRIÇÃO PARA A SAÚDE E BOA FORMA (20h)

- Nutrição no Pré- e no Pós-operatório de Cirurgia Plástica Estética
- Nutrientes no Envelhecimento Cutâneo
- Nutrição nos Tratamentos Estéticos Não Invasivos

PROCEDIMENTOS DIDÁTICOS

- Aulas expositivas interativa;
- Leituras e discussão de textos no google classroom e google meet;
- Pesquisas on line;
- Vídeos.

TRABALHOS DISCENTES EFETIVOS – TDE's

TDE 1: Leitura e discussão do artigo “Nutrição Estética: valorização do corpo e da beleza através do cuidado nutricional”. (4h)

TDE 2 Elaboração de uma receita funcional com fins estéticos. (4h)

RECURSOS DIDÁTICOS

Quadro branco / Pincel
Data-show
Computadores.
Plataformas classroom com os aplicativos Google Meet e Google Forms;

SISTEMA DE AVALIAÇÃO

A avaliação tem caráter processual e diagnóstico, objetivando o acompanhamento do desempenho do aluno no decorrer da unidade de estudo, 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;
- Produção textual;
- Apresentação das pesquisas problematizadoras feitas;
- Demais atividades avaliativas correlacionadas aos objetivos da unidade de estudo.

Além dos aspectos qualitativos, serão observados os critérios objetivos regimentais: duas notas parciais que serão compostas da seguinte forma:

- Avaliações escritas individuais (provas) na proporção mínima de 70% no Mestre GR;
- Atividades acadêmicas individuais, na proporção de até 30% (quando estas se fizerem necessárias) realizadas no Mestre GR.

Estão previstas como atividades acadêmicas:

- Leitura e discussão do artigo “Nutrição Estética: valorização do corpo e da beleza através do cuidado nutricional”.
- Elaboração de uma receita funcional com fins estéticos.

Em consonância às normas institucionais, não obtendo média para aprovação a partir das duas notas parciais, o discente poderá fazer provas substitutiva e final.

ARTIGO CIENTÍFICO E TEXTO PARA ATIVIDADES ACADÊMICAS

Artigo Científico:

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.

BIBLIOGRAFIA

BÁSICA

PUJOL, Ana Paula. **Nutrição aplicada à estética**. Ed. Rubio. São Paulo, 2011.

DINIZ, T. **Terapia nutricional pela Reeducação alimentar e atividade física**. São Paulo: Madras, 2004.

SCHNEIDER, A. P. **Nutrição Estética**. São Paulo: Atheneu, 2010. E-book.

WHITNEY, E. ROLFES, S.R. **Nutrição: entendendo os alimentos**. v. 1. São Paulo: Cengage Learning, 2008.

COMPLEMENTAR

PENSANI, D. C. **Nutrição e Dietética**. São Paulo: Pearson Education do Brasil, 2016. E-book.

GIBNEY, M. J.; KOK, F. J.; VOSTER, H. H. **Introdução à nutrição humana**. São Paulo: Guanabara, 2005.

BIESALSKI, H.; GRIMM, P. **Nutrição –Textos e Atlas**. Porto Alegre: Artmed, 2006.

CUPPARI, L. (Coord.). **Guia de nutrição: nutrição clínica no adulto**. 2. ed. Barueri, SP: Manole, 2005.

FRANCO, G. **Tabela de composição química dos alimentos**. São Paulo: Atheneu, 2005.