

# Nutrição Humana e Educação Alimentar

Prof(a). Me. Queila Turchetto

# AULA DE REVISÃO

## Unidade I – FUNDAMENTOS DA NUTRIÇÃO HUMANA

- Conceitos básicos na nutrição humana;
- Necessidades e recomendações de energia e proteína;
- Dieta normal e alterações da dieta normal;
- Nutrição enteral e parenteral.

# AULA DE REVISÃO

## Unidade II – INTRODUÇÃO AO METABOLISMO

- Metabolismo de carboidratos;
- Metabolismo de proteínas;
- Metabolismo de lipídios;
- Metabolismo de Vitaminas e Minerais.

# AULA DE REVISÃO

## Unidade III – BASES DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL

- Programa de Educação Alimentar e Nutricional;
- Inquéritos Alimentares;
- Métodos e técnicas de ensino.

# AULA DE REVISÃO

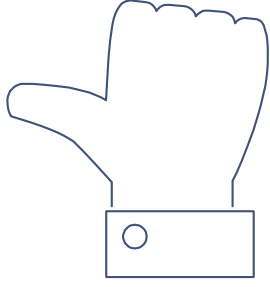
## Unidade IV – METODOLOGIAS ATIVAS

- Educação Alimentar e Nutricional e Sustentabilidade;
- Educação Alimentar e Nutricional na Atenção Básica em Saúde;
- Educação Alimentar e Nutricional na Escola.

“ *A persistência é o  
caminho do êxito” .  
Charles Chaplin*

# REFERÊNCIAS

- MCWILLIAMS, Margaret. **Alimentos**: um guia completo para profissionais. 10ª Edição. Barueri, SP: Manoel, 2016.
- NELSON, David L.; COX, Michael M. **Princípios de Bioquímica de Lehninger-7**. Artmed Editora, 2018.
- MALTA, Deborah Carvalho; MORAIS NETO, Otaliba Libânio de; SILVA JUNIOR, Jarbas Barbosa da. **Apresentação do plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis no Brasil, 2011 a 2022**.
- OLIVEIRA, Catarina Paiva Barbosa. **A sustentabilidade alimentar e a nutrição desportiva**: uma revisão narrativa. Revisão Temática 1.º Ciclo em Ciências da Nutrição | Unidade curricular estágio Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, 2021.



# Obrigado(a)!

**Queila Turchetto(a)**  
Contato/Rede Social: @queilatt