PROGRAMA DE CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO *LATO SENSU*
ESPECIALIZAÇÃO EM NUTRIÇÃO CLÍNICA E ESPORTIVA

COORDENADOR DO CURSO
Profa. MS Camilla Oliveira Duarte de Araújo

CARGA HORÁRIA TOTAL
380 horas

ATOS LEGAIS DE CRIAÇÃO DO CURSO
Faculdade Vidal de Limoeiro – FAVILI, credenciada pela Portaria MEC nº 1100/2015.
Resolução CNE/CES nº 01/2007

OBJETIVOS
Objetivo Geral: Proporcionar conhecimentos na área de Nutrição Clínica e Esportiva na perspectiva da saúde e das temáticas atuais relacionadas a esse campo, fundamentais ao profissional Nutricionista que atua na área ambulatorial, hospitalar e esportiva.

Objetivos Específicos: A Pós-graduação tem como objetivo proporcionar conhecimentos teórico-práticos nas habilidades e competências a serem ativadas nos contextos de saúde e qualidade de vida. Traz ainda o objetivo de fomentar interesse nas temáticas atuais de saúde, qualidade de vida, mídia sociais, imagem corporal e comportamento alimentar, temática essa que ainda se apresenta como uma lacuna na formação acadêmica do profissional Nutricionista. Durante o período do curso os alunos irão vivenciar os aspectos da avaliação nutricional nas diferentes fases da vida; o uso de fitoterapia e suplementação no esporte; exames bioquímicos e suas aplicações; fisiologia do exercício; bioenergética no exercício; necessidades nutricionais e hídricas entre outros.

PÚBLICO-ALVO
O curso destina-se a profissionais graduados em Nutrição que buscam aperfeiçoamento dos seus conhecimentos, bem como a profissionais que atuam ou pretendem atuar na área da Nutrição na perspectiva de atendimento ambulatorial ou hospitalar de forma individualizada e/ou coletiva.

FORMA DE INGRESSO
Análise curricular e entrega de documentação exigida pela IES.

PERIODICIDADE
14 meses (incluindo tempo destinado ao TCC – 2 meses), quinzenalmente aos sábados, das 08h as 12h e das 13:30h as 17:30h.

INVESTIMENTO
14 mensalidades de R$200,00.

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO
Elaboração de um artigo científico com 10 a 15 páginas. Possibilidade de publicação na Revista Científica da IES.

MATRIZ CURRICULAR

Atualidades em nutrição Transição epidemiológica nutricional; industrialização; modernização da agricultura brasileira e os impactos na alimentação; nutricional; impacto das mídias sociais; padrão de imagem corporal; comportamento alimentar; medicalização do alimento; epidemia da obesidade; saciação, saciedade, mecanismos fisiológicos e hedônicos da ingestão alimentar. **Referências:** BLUNDELL, J. et al. **Appetite control: methodological aspects of the evaluation of foods.** Obes Rev, v.11, n.3, mar. 2010; DE ALBUQUERQUE, K.T. et al. **Regulação central da ingestão alimentar.** In: ELIANE BERALDI RIBEIRO (org.). Fisiologia Endócrina. São Paulo: Manole, 2010. p. 289-309.	**30 horas**
Marketing, empreendedorismo e ética em Nutrição Introdução ao marketing: porque estudar marketing e como ele pode ser aplicado no meu dia-a-dia; Como meu público compra; entendendo o comportamento de compra do meu paciente; Posicionamento: como meus clientes me enxergam?; Definindo quem realmente é meu público: traçando o perfil de quem realmente eu quero attender; Análise do processo de venda e conquista de clientes: atrair; converter; relacionar; analisar; Ética: introdução ao estudo da ética; ética x moral; ética geral e profissional; legislação pertinente ao trabalho do profissional do nutricionista. **Referências:** KEEGAN, Warren J. **Princípios de Marketing Global**. São Paulo: Saraiva, 2008; FIGUEIREDO, L. **Ética profissional**. Rio de Janeiro: Barros, Fischer e Associados, 2005; CONSELHO FERAL DE NUTRICIONISTAS. **Resolução nº 334 de 10 de Maio de 2004** – Código de Ética dos Nutricionistas, 2004.	**30 horas**
Avaliação nutricional na prática clínica e na prática esportiva Avaliação clínica do estado nutricional (conceitos; métodos de avaliação; anamnese nutricional; sinais e sintomas de deficiências nutricionais; consumo alimentar: recordatório de 24 horas e diário alimentar; dia alimentar habitual e história dietética; antropometria); Conceitos e fundamentos básicos sobre composição corporal para diferentes populações: o que é uma medida; diferentes escalas de medidas; o que é uma avaliação; instrumentos utilizados para produzir as medidas em avaliação; posicionamento da OMS sobre as avaliações físicas; tipos de avaliação físicas: os padrões de avaliação; dobra cutânea; bioimpedância; DEXA; Avaliação física e clínica de diferentes populações em consultório: crianças; adolescentes; jovem adulto; adultos de meia idade; idosos; as particularidades para avaliações em mulheres (gestante e lactente; ciclo menstrual); obesos. **Referências:** MAHAN, K.L.; ESCOTT-STUMP, S. **Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia.** 11ªed. São Paulo: Roca, 2005; ACSM - AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. **Manual do ACSM para Avaliação da Aptidão**	**30 horas**

Física relacionada à saúde. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006; BIESEK, S; ALVES, L.A; GUERRA, I. **Estratégias de Nutrição e Suplementação no Esporte.** 3ªed. São Paulo: Manole, 2015.	
Bioenergética e bioquímica da Nutrição no esporte Princípios de bioenergética; Enzimas: regulação da atividade enzimática; respiração celular e fosforilação oxidativa; hidratos de carbono; ciclo de Krebs; proteínas e lipídeos; Aspectos bioquímicos da ação hormonal; Integração metabólica: transporte de gases no sangue; equilíbrio ácido-base do sangue; Atividade física e bioenergética com predominância em: oxidação de lipídios - emagrecimento; síntese proteica - hipertrofia; adaptações crônicas do sistema bioenergético. **Referências:** MAHAN, K.L.; ESCOTT-STUMP, S. **Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia.** 11ªed. São Paulo: Roca, 2005; LEHNINGER, A. L. COX, M.M. **Princípios da Bioquímica.** 4ªed. São Paulo: Sarvier, 2006; MAUGHAN, R.; GLEESON, M.; GREENHAFF, P.L. **Bioquímica do exercício e do treinamento.** São Paulo: Manole, 2000; RIEGEL, R.E. **Bioquímica nutricional do exercício físico.** 1ªed. São Paulo: Unisinos, 2005.	**30 horas**
Fisiologia do exercício Anatomia do Sistema Muscular: conceitos básicos; tipos de músculos; funções dos músculos; componentes anatômicos do musculo estriado esquelético; classificação morfológica dos músculos estriados esqueléticos; Fisiologia muscular: fibra muscular; células satélites; retículo sarcoplasmático; miofibrila e miofilamento; mecanismo molecular da contração muscular; Ativação do músculo estriado esquelético: cortex motor; motoreunônio; sinapses; unidade motora; potencial de ação; processo de excitação-contração; Adaptações neurológicas ao exercício: adaptações morfológicas; modificação da secção muscular; hipertrofia das fibras musculares; hipertrofia e proliferação de miofibrilas; hiperplasia; outras adaptações morfológicas; adaptações nervosas. **Referências:** BERNE, R.M.; LEVI, M.N. **Fisiologia.** 5ªed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2004; MCARDLE, D.W.; KATCH, L.F.; KATCH, L.V. **Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano.** 5ªed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003; HOWLEY, E.T. POWERS, S.K. **Fisiologia do exercício: teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho.** 8ªed. São Paulo: Manole, 2014.	**30 horas**
Recomendações nutricionais e hídricas no esporte Bases científicas para o estabelecimento das necessidades nutricionais e dos valores de referência dos nutrientes; Classificação dos nutrientes; Princípios de uma nutrição saudável para o rendimento esportivo; Necessidades e recomendações de energia e nutrientes nas diferentes situações fisiológicas; Necessidades e recomendações hídricas nas diferentes situações fisiológicas; Elaboração de planos alimentares e adequação da dieta normal para as diferentes esportes; Avaliação qualitativa e quantitativa do plano alimentar.	**30 horas**

Referências: HIRSCHBRUCH, M.D. **Nutrição Esportiva: uma visão prática**. 3ªed. São Paulo: Manole, 2014; BIESEK, S; ALVES, L.A; GUERRA, I. **Estratégias de Nutroção e Suplementação no Esporte.** 3ªed. São Paulo: Manole, 2015; MAHAN, K.L.; ESCOTT-STUMP, S. **Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia.** 11ªed. São Paulo: Roca, 2005.	
<u>Suplementação de acordo com modalidade esportiva</u> Panorama geral, composição e aplicabilidade dos principais suplementos de carboidratos, proteínas ou aminoácidos, e lipídios utilizados em Nutrição Esportiva: Dextrose, Frutose, Maltodextrina, Waxy Maize, Whey Protein, Caseína, BCAA, Albumina, Aminoácidos, Creatina e Ácido Linoleico Conjugado (CLA), dentre outros; Conceitos, legislação e compra de suplementos. Papel dos diferentes tipos de substratos energéticos no exercício, rotas bioquímicas e suplementação para os exercícios aeróbios: Corrida de fundo, maratonas (aquática e terrestre), ciclismo e remo; Substratos energéticos, rotas bioquímicas e suplementação para exercícios de força e exercícios intermitentes: Musculação, Futebol, Voleibol, Basquete, Handebol, Tênis, Lutas e Esgrima; Substratos energéticos, rotas bioquímicas e suplementação para exercícios de potência, curta duração e explosão: Natação, Atletismo, Ginástica e Lutas. Hidratação e Prescrição de suplementos para populações especiais. **Referências:** HIRSCHBRUCH, M.D. **Nutrição Esportiva: uma visão prática.** 3ªed. São Paulo: Manole, 2014; BIESEK, S; ALVES, L.A; GUERRA, I. **Estratégias de Nutrição e Suplementação no Esporte.** 3ªed. São Paulo: Manole, 2015; MAHAN, K.L.; ESCOTT-STUMP, S**. Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia.** 11ªed. São Paulo: Roca, 2005.	**30 horas**
<u>Farmacologia e fitoterapia na Nutrição clínica e no esporte</u> Grupos farmacológicos, noções gerais de farmacocinética, farmacoterapia e os fatores que alteram o efeito de fármacos; Ação dos fármacos na biodisponibilidade dos nutrientes; Alterações significativas provocadas no organismo por interações fármacos-nutrientes e sua relação com a atividade farmacológica; Interrelação Exercício Físico e Medicamentos; Discussão à fitoterapia como auxiliar do tratamento nutricional, suas indicações e contraindicações. **Referências:** PAGE, C.P.; CURTIS, M.J.; SUTTER, M.C. **Farmacologia Integrada.** São Paulo: Manole, 1999; RANG, H.P.; DALE, M.M.; RITTER, J.M. **Farmacologia.** 6ªed. São Paulo: Elsevier, 2007; KALLUF, L. **Fitoterapia funcional: dos princípios ativos à prescrição de fitoterápicos.** 2ªed. São Paulo, 2015.	**30 horas**
<u>Dietoterapia I</u> Estudo do paciente e da doença; Obesidade: fisiopatologia e bioquímica da obesidade; etiologia do ganho de peso; mecanismos metabólicos; inflamação, imunidade e epigenética; atividade nutricional e metabolismo; atualidades científicas; Resistência	**30 horas**

Insulínica: etiologia; disfunção da sinalização hormonal; mecanismo fisiopatológico; terapias de prevenção e tratamento; atualidades científicas; Diabetes Mellitus: disfunção hormonal; fisiopatologia; sinais e sintomas; terapêutica de compensação e tratamento não-medicamentoso; atualidades científicas; Hipercolesterolemia e Dislipdemia: metabolismo das gorduras; mecanismos fisiopatológicos; atividade metabólica e vias sinalizatórias; avaliação, prevenção e tratamento; atualidades científicas; Disfunções hormonais: atividade hormonal e metabologia; disfunções sinalizatórias; mecanismos compensatórios; síndromes hormonais; atualidades científicas; Síndrome Metabólica: fisiopatologia e etiologia; avaliação e classificação; componente cardiovascular; apneia obstrutiva do sono; componentes metabólicos; atualidades científicas. **Referências:** CHEMIN, S. M. S. **Tratado de Alimentação, Nutrição e Dietoterapia.** São Paulo: Roca, 2007; CUPARRI, L. **Nutrição nas doenças crônicas não – transmissíveis.** São Paulo: Manole, 2009; ISOSAKI, M. e CARDOSO, E. **Manual de Dietoterapia e Avaliação Nutricional.** Rio de Janeiro: CFMUSP 2ªed. Atheneu 2009; PEREIRA, A, F, e BENTO, C. T. **Dietoterapia – uma abordagem prática.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007; REINHARD, T. WIDTH, M. **MDS: Manual de sobrevivência para nutrição clínica**. 1ªed. São Paulo: Guanabara Koogan, 2009.	
Dietoterapia II Dietoterapia no pré e pós-operatório; Patologia e dietoterapia nas anemias; Patologia e Dietoterapia nas Doenças Endócrino-metabólicas; Patologia e Dietoterapia nas Doenças Renais; Patologia e Dietoterapia nas Doenças Cardiovasculares; Dietoterapia nas Doenças Pulmonares; Imunonutrição e Cuidado Nutricional nas Doenças Imunológicas; Dietoterapia nas Doenças do Aparelho Locomotor; Desnutrição Protéico-energético; Patologia e Dietoterapia nos Erros Inatos do Metabolismo. **Referências:** CHEMIN, S. M. S. **Tratado de Alimentação, Nutrição e Dietoterapia.** São Paulo: Roca, 2007; CUPARRI, L. **Nutrição nas doenças crônicas não – transmissíveis.** São Paulo: Manole, 2009; ISOSAKI, M. CARDOSO, E. **Manual de Dietoterapia e Avaliação Nutricional**. 2ªed. Rio de Janeiro: Atheneu, 2009; PEREIRA, A, F. BENTO, C. T. **Dietoterapia – uma abordagem prática**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007; REINHARD, T. WIDTH, M. **MDS: Manual de sobrevivência para nutrição clínica.** 1ªed. São Paulo: Guanabara Koogan, 2009; RIELLA, M.C. MARTINS, C. **Nutrição e o rim**. 1ªed. São Paulo: Guanabara Koogan, 2001.	**40 horas**
Interpretação de exames bioquímicos na Nutrição Regulamentação da profissão de nutrição e atribuições, como a solicitação de exames pelo profissional de nutrição - Lei 8.234/91 - Art. 4°.; Definição de uso dos Dados Laboratoriais; Solicitação e acompanhamento de exames de rotina em atendimento ambulatorial; Como solicitar e analisar exames de rotina nutricional em pacientes saudáveis e em situações especiais: anemias; diabetes; marcadores de doenças cardiovasculares; marcadores de função renal; marcadores de função hepática;	**30 horas**

desnutrição e deficiências nutricionais; alergias e intolerâncias alimentares. **Referências:** COSTA, M.J.C. **Interpretação de exames bioquímicos para o nutricionista.** Rio de Janeiro: Atheneu, 2008. ESCOTT – STUMP, S. **Nutrição relacionada ao Diagnóstico e tratamento**. 5ªed. São Paulo: Manole, 2007; GLORIMAR, R. **Avaliação nutricional do paciente hospitalar: uma abordagem teórica e prática.** 4ªed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008; LIMA, L.C. REIS, N.T. **Interpretação de exams laboratoriais aplicados à nutrição clínica.** 1ªed. São Paulo: Rubio, 2012.	
Metodologia da pesquisa científica Métodos e técnicas de pesquisa científica. Pesquisar, coletar dados, elaborar e comunicar a pesquisa; Projeto de Pesquisa; Conceituação; A escolha do tema; A estrutura do projeto de pesquisa; Orientações e Normatizações para Redação de Textos; Forma de apresentação gráfica do artigo científico; As normas da ABNT. **Referências:** LAKATOS, Eva Maria & MARCONI, Marina de Andrade. **Técnicas de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 1996. MINAYO, M.C.S. (org). **Pesquisa Social: Teoria, Método e Criatividade**. Petrópolis: Editora Vozes, 1996. PADUA, E.M.M. de. **Metodologia da Pesquisa: abordagem teórico prática.** Campinas, SP: Papirus; 2004. THOMAS, J.R.; NELSON, J.K.; SILVERMAN, S.J. **Métodos de Pesquisa em Educação Física**. 5ª ed. São Paulo: Artmed, 2007.	**30 horas**
Trabalho de conclusão de curso Orientação para elaboração e correção de artigo científico.	**10 horas**
Carga Horária Total	**380 horas**