

---

**Ano Letivo** 2019-20

---

**Unidade Curricular** DIETOTERAPIA I

---

**Cursos** DIETÉTICA E NUTRIÇÃO (1.º ciclo)

---

**Unidade Orgânica** Escola Superior de Saúde

---

**Código da Unidade Curricular** 15191020

---

**Área Científica** DIETÉTICA E NUTRIÇÃO

---

**Sigla**

---

**Línguas de Aprendizagem** Português-PT, Inglês-EN

---

**Modalidade de ensino** Presencial

---

**Docente Responsável** Ana Paula Moreira Carvalho Alves

---

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)
Ana Paula Moreira Carvalho Alves	T; TP	T1; TP1	45T; 30TP

\* Para turmas lecionadas conjuntamente, apenas é contabilizada a carga horária de uma delas.

ANO	PERÍODO DE FUNCIONAMENTO*	HORAS DE CONTACTO	HORAS TOTAIS DE TRABALHO	ECTS
2º	S2	45T; 30TP	168	6

\* A-Anual;S-Semestral;Q-Quadrimestral;T-Trimestral

---

#### Precedências

NUTRIÇÃO HUMANA

---

#### Conhecimentos Prévios recomendados

Conhecimentos em alimentação e nutrição humana, anatomofisiologia e patologia humana.

---

#### Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências)

Avaliação antropométrica nas várias faixas etárias.

Análise por bioimpedância. Conceito de massa magra, massa gorda. Seu significado clínico nas várias faixas etárias.

Compreender a fisiopatologia das doenças abordadas nesta unidade curricular;

Reconhecer a importância dos hábitos alimentares na fisiopatologia das doenças crónicas metabólicas não transmissíveis;

Reconhecer a importância da terapêutica nutricional/dietética no tratamento e/ou prevenção das doenças crónicas metabólicas não transmissíveis;

Avaliar o estado nutricional na saúde e na doença, através da aplicação e interpretação de parâmetros antropométricos, de dados bioquímicos e de questionários alimentares;

Identificar o risco nutricional através da utilização de várias ferramentas validadas;

Conhecer e aplicar as recomendações nutricionais através da elaboração de protocolos de intervenção dietética adequados às diferentes doenças;

Estabelecer orientações nutricionais e dietéticas adequadas a diferentes doenças crónicas.

---

### Conteúdos programáticos

- 1.1. Saber avaliar e interpretar as seguintes variáveis antropométricas: peso, estatura e IMC.
- 1.2. Saber calcular pregas cutâneas.
- 1.3. Como realizar uma avaliação de composição corporal através da bioimpedância. Saber interpretar os resultados.
- 1.4. Avaliação do risco nutricional (Rastreio nutricional);
- 1.2. Avaliação do estado nutricional (Avaliação da ingestão/consumo alimentar; avaliação antropométrica; avaliação da composição corporal; interpretação de dados bioquímicos de referência);
2. Dieta e desequilíbrio do peso corporal (obesidade; obesidade infantil e juvenil);
3. Dieta e doenças do pâncreas endócrino (diabetes mellitus);
4. Dieta e doenças cardiovasculares (dislipidemias; hipertensão arterial; doença cardiovascular);
5. Dieta e doenças reumáticas (hiperuricemia);
6. Dieta e distúrbios do comportamento alimentar (anorexia e bulimia nervosa);
7. Dieta e doenças do tubo digestivo (doenças da cavidade oral, do esófago, do estômago, do intestino delgado e do intestino grosso).

---

### Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular

No capítulo 1 faz-se a introdução da avaliação antropométrica nas várias faixas etárias, conceitos de rastreio nutricional e estado nutricional e estudam-se os diferentes componentes da avaliação do estado nutricional dos indivíduos na saúde e na doença. Nos capítulos seguintes (2 a 5) abordam-se diferentes doenças crónicas metabólicas não transmissíveis, respetivas recomendações nutricionais e a intervenção dietética adequada ao seu tratamento/prevenção, permitindo a aplicação dos conhecimentos adquiridos no capítulo 1, no diagnóstico nutricional das doenças abordadas e na monitorização da terapêutica nutricional/dietética prescrita. No capítulo 6, abordam-se a anorexia nervosa e a bulimia nervosa, respetivos sintomas, diagnóstico nutricional e recomendações nutricionais, assim como a abordagem dietética adequada a estas doenças. No capítulo 7 são apresentadas as recomendações nutricionais e elaborados protocolos/orientações dietéticas às doenças mais comuns do tubo digestivo.

---

### Metodologias de ensino (avaliação incluída)

Nas aulas teóricas irá privilegiar-se o método expositivo com recurso a meios audiovisuais; nas aulas teórico-práticas, a par do método expositivo, prevê-se a realização de fichas práticas e elaboração de protocolos de intervenção dietética e debate de casos clínicos/temas relacionados com as doenças estudadas.

Os alunos terão de obrigatoriamente estar presentes em 75% das aulas. Caso não o façam só terão a possibilidade de realizar a disciplina através de exame normal.

Os alunos podem optar por um formato de avaliação distribuída com exame final, que inclui dois testes escritos, com uma classificação mínima de 9,5 valores, em cada um. A classificação final da disciplina resultará da média ponderada das classificações obtidas nos testes teóricos (80%) e trabalhos práticos (20%). A nota dos trabalhos práticos aplica-se também ao exame da época normal e de recurso. Serão dispensados de exame os alunos que obtiveram classificação final igual ou superior a 10 valores.

---

### **Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular**

Nas aulas teóricas irá promover-se a compreensão da fisiopatologia e das recomendações nutricionais e dietéticas das doenças que constam dos conteúdos programáticos. O conceito de estado nutricional, dos factores que o influenciam e de avaliação do estado nutricional serão também estudados no contexto das aulas teóricas. A compreensão do impacto do cuidado nutricional na melhoria da qualidade de vida dos doentes e o reconhecimento da importância do cuidado nutricional na prevenção, no tratamento e/ou evolução clínica de diferentes doenças será também desenvolvido nestas aulas.

Nas aulas teórico-práticas, a par do método expositivo, irá adaptar-se um método de ensino/aprendizagem baseado na análise e no debate das recomendações nutricionais específicas das diferentes doenças, de modo a promover uma melhor integração dos conteúdos teóricos. Nestas aulas irão também aplicar-se na prática, os diferentes questionários de recolha de dados alimentares e os protocolos de medição dos principais parâmetros antropométricos, nomeadamente peso, estatura, perímetros e pregas cutâneas e avaliação da composição nutricional, com recurso à biomedância.

Ao longo das aulas teóricas e teórico-práticas pretende-se que os alunos através da aplicação prática de ferramentas de avaliação do estado nutricional, da elaboração de relatórios e da análise das recomendações nutricionais e dietéticas que constam dos conteúdos programáticos, atinjam os objetivos de aprendizagem, tal como está previsto na aprovação da unidade curricular, que prevê uma percentagem de 80% para a componente teórica e de 20% para a componente prática.

---

### **Bibliografia principal**

Duarte, A. C.G. Avaliação Nutricional ? Aspectos Clínicos e Laboratoriais. São Paulo: Editora Atheneu, 2007. 607p  
Garrow, J.S., James, W.P.T.; Ralph, A. Human Nutrition and Dietetics. 10th. ed.: Churchill Livingstone, 2000. 900p.

Gropper S.S., Smith J.L., Groff J.L. Advanced Nutrition and Human Metabolism. 5 th. ed. Wadsworth, Cengage Learning, 2009.

Mahan, Kathleen L.; Escott-Stump, Sylvia. Krause ? Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. 12ª Ed. U.S.A.: Roca, 2008. 1242p.

Nelms, M., Sucher, K., Long, S. Nutrition Therapy and Pathophysiology. U.S.A: Thomson Brooks/Cole, 2007. 914p.

Rolfes, Sharon Rady; Pinna, Kathryn; Whitney, Ellie. Understanding Normal and Clinical Nutrition. Wadsworth. International Cengage Learning; 2009. 925p.

**Academic Year** 2019-20

**Course unit** DIETOTHERAPY I

**Courses** DIETETICS AND NUTRITION (1st Cycle)

**Faculty / School** SCHOOL OF HEALTH

**Main Scientific Area** DIETÉTICA E NUTRIÇÃO

**Acronym**

**Language of instruction** Portuguese -PT; English - EN

**Teaching/Learning modality** Face to face

**Coordinating teacher** Ana Paula Moreira Carvalho Alves

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
Ana Paula Moreira Carvalho Alves	T; TP	T1; TP1	45T; 30TP

\* For classes taught jointly, it is only accounted the workload of one.

---

### Contact hours

T	TP	PL	TC	S	E	OT	O	Total
45	30	0	0	0	0	0	0	168

T - Theoretical; TP - Theoretical and practical ; PL - Practical and laboratorial; TC - Field Work; S - Seminar; E - Training; OT - Tutorial; O - Other

---

### Pre-requisites

NUTRIÇÃO HUMANA

---

### Prior knowledge and skills

Knowledge on human food and nutrition, anatomy and physiology and human pathology.

---

### The students intended learning outcomes (knowledge, skills and competences)

*Understand the physiology of diseases addressed in this course;*

*Recognize the importance of food habits in the pathophysiology of non-transmissible chronic metabolic diseases;*

*Recognize the importance of nutritional therapeutic/dietetic in the treatment and/or prevention of chronic diseases;*

*Assess nutritional status in health and disease through the application and interpretation of anthropometric parameters, biochemical data and food intake questionnaires;*

*Identify nutritional risk through several validated tools;*

*Apply nutritional recommendations through protocols of dietetic intervention adapted to different diseases;*

*Establish nutritional orientations adapted to several chronic diseases.*

---

### Syllabus

1.1. *Nutritional screening;*

1.2. *Nutritional status assessment (Intake evaluation; anthropometry assessment; body composition assessment; interpretation of the main biochemical reference data);*

2. *Diet and body weight impairment (obesity);*

3. *Diet and endocrine pancreas disease (diabetes mellitus);*

4. *Diet and cardiovascular diseases (dislipidemias; hypertension; cardiovascular disease);*

5. *Diet and rheumatoid diseases (hiperuricemia);*

6. *Diet and anorexia and bulimia nervosa;*

7. *Diet and digestive tract diseases (oral cavity diseases, oesophagus, stomach, large intestine and small intestine).*

---

### Demonstration of the syllabus coherence with the curricular unit's learning objectives

*In chapter one an introduction to nutritional screening and nutritional status assessment concepts is made and its determinants are elucidated. In chapters 2 to 5 different metabolic non-transmissible chronic diseases are addressed, as well as their nutritional recommendations and dietetic intervention adapted to the treatment/prevention, which will potentiate the application of the knowledge learnt in the first chapter. On the 6th chapter anorexia nervosa and bulimia nervosa, their symptoms, nutritional diagnosis and nutritional recommendations and dietetic approach will be addressed. In the last chapter, chapter seven, nutritional recommendations and dietetic intervention protocols will be presented for the most common diseases of the digestive tract*

---

### Teaching methodologies (including evaluation)

*Theoretical classes will use mainly an exposition method approach with audio-visual support as needed. Theoretical-practical classes will use a more practical approach with the resolution of clinical cases regarding the concepts learnt in the theoretical classes.*

*Students can choose their evaluation by a final exam, that include two written tests, as well as practical work done throughout the semester, with a minimal classification in each test of 9.5 out of 20. Final classification will be the average of both written tests (80%) and practical work (20%). Practical classification is also contabilized for final exam and appeal. Students that hold a final classification of 10 or higher are dismissed from the final exam.*

---

### Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes

*Theoretical classes will promote the deep understanding of the physiology as well as of nutritional recommendations of each disease within the syllabus's scope. Nutritional status, its determinants and its assessment, as well as nutritional risk associated to the disease will also be addressed. The comprehension of the impact that nutritional support has in the enhancement of patient quality of life will also be fully debated in the scope of theoretical classes. Theoretical-practical classes are mostly dedicated to invite students to debate and analyse data, and also to elaborate dietetic and nutritional protocols as an approach to the pathologies listed in the programme. Students will also have hands-on classes of food questionnaires and anthropometric measurements (circumferences, skinfold thickness, bioelectric impedance, and weight).*

*Throughout theoretical and theoretical-practical classes students are challenged to debate and to participate through the presentation of clinical cases, which is a requirement to obtain approval in this course with 20% of classification dedicated to participation and clinical cases resolution. The other 80% is dedicated to the written tests.*

---

### Main Bibliography

- Duarte, A. C.G. Avaliação Nutricional ? Aspectos Clínicos e Laboratoriais. São Paulo: Editora Atheneu, 2007. 607p  
Garrow, J.S., James, W.P.T.; Ralph, A. Human Nutrition and Dietetics. 10th. ed.: Churchill Livingstone, 2000. 900p.
- Gropper S.S., Smith J.L., Groff J.L. Advanced Nutrition and Human Metabolism. 5 th. ed. Wadsworth, Cengage Learning, 2009.
- Mahan, Kathleen L.; Escott-Stump, Sylvia. Krause ? Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. 12ª Ed. U.S.A.: Roca, 2008. 1242p.
- Nelms, M., Sucher, K., Long, S. Nutrition Therapy and Pathophysiology. U.S.A: Thomson Brooks/Cole, 2007. 914p.
- Rolfes, Sharon Rady; Pinna, Kathryn; Whitney, Ellie. Understanding Normal and Clinical Nutrition. Wadsworth. International Cengage Learning; 2009. 925p.