Unidade Curricular	Nutrição e Dietética no Idoso			Área Científica	Terapia e Reabilitação								
Licenciatura em	Gerontologia			Escola	Escola Superior de Saúde de Bragança								
Ano Letivo	2022/2023	Ano Curricular	2	Nível	1-2	Créditos ECTS	4.0						
Tipo	Semestral	Semestre	1	Código	9833-346-2103-00-22								
Horas totais de trabalho	108	Horas de Contacto	T -	TP 30	PL -	TC -	S -	E -	OT 12	O -			

T - Ensino Teórico; TP - Teórico Prático; PL - Prático e Laboratorial; TC - Trabalho de Campo; S - Seminário; E - Estágio; OT - Orientação Tutórica; O - Outra

Nome(s) do(s) docente(s): Iolanda Ligia Rodrigues Afonso

Resultados da aprendizagem e competências

No fim da unidade curricular o aluno deve ser capaz de:
1. Deter conhecimentos básicos de Nutrição e Dietética e aplicá-los em Gerontologia;
2. Descrever as alterações fisiológicas do envelhecimento com consequências a nível dietético e/ou nutricional;
3. Evidenciar os aspetos psicossociais da alimentação no idoso;
4. Conhecer técnicas de avaliação do Estado Nutricional do idoso;
5. Identificar quais as necessidades nutricionais do idoso;
6. Salientar os sintomas ou consequências de patologias que podem afetar a dieta ou a nutrição dos idosos, salientando a alimentação e nutrição como parte integrante do tratamento;
7. Promover a saúde alimentar e nutricional dos idosos, através de ações comunitárias.
8. Conhecer o conceito de segurança alimentar, pré-requisitos, boas práticas e exigências legais em serviços de alimentação de instituições de apoio geriátrico.

Pré-requisitos

Antes da unidade curricular o aluno deve ser capaz de:
Não aplicável.

Conteúdo da unidade curricular

1. Conceitos gerais de Dietética e Nutrição; 2. Alimentação saudável; 3. Dietética da idade adulta e dietética do idoso; 4. Problemas nutricionais do idoso; 5. Intervenção nutricional em patologias do idoso; 6. Avaliação do estado nutricional; 7. Educação alimentar e nutricional a idosos; 8. Serviços de alimentação de instituições de apoio geriátrico.

Conteúdo da unidade curricular (versão detalhada)

1. Conceitos Gerais de Dietética e Nutrição
2. Alimentação Saudável
   - Princípios da alimentação saudável
   - Gráficos representativos de alimentação saudável, dieta mediterrânica e recomendações para idosos
   - Macronutrientes, micronutrientes e outros constituintes
3. Dietética da idade adulta e dietética do idoso
   - Necessidades e recomendações nutricionais
4. Problemas nutricionais do idoso
   - Alterações fisiológicas do envelhecimento
   - Causas e consequências dos problemas nutricionais dos idosos
   - Estratégias de terapia nutricional no idoso
5. Avaliação do estado nutricional
   - Antropometria
   - Bioquímica
   - Clínica
   - Dietética
6. Patologias Nutricionais
   - Desnutrição
   - Obesidade
   - Disfagia
   - Disfunção intestinal
   - Patologias Endócrinas
   - Patologias do Sistema Cardiovascular
7. Educação alimentar e nutricional a idosos
8. Serviços de alimentação de instituições de apoio geriátrico.

Bibliografia recomendada

1. Mahan, L. K. , & Escott-Stump S. (2010) Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. (12ª ed.). São Paulo: Elvevier.
2. Busnello, F. M. (2007). Aspectos Nutricionais no Processo do Envelhecimento. São Paulo: Atheneu.
3. De Angelis, R. C. , & Tirapegui, J. (2007). Fisiologia da Nutrição Humana - aspectos básicos, aplicados e funcionais. (2ª ed.). São Paulo: Atheneu.
4. Ferry, M. et al. (2004), A Nutrição da Pessoa Idosa. (2ª ed.). Lisboa: Lusociência.

Métodos de ensino e de aprendizagem

Os conteúdos programáticos serão lecionados de forma expositiva, sendo incentivado o debate, a análise e reflexões de situações práticas. É promovida a participação ativa do estudante no processo de aprendizagem. Será efetuada orientação tutorial dos trabalhos autónomos do estudante.

Alternativas de avaliação

1. Avaliação contínua - (Ordinário, Trabalhador) (Final)
   - Prova Intercalar Escrita - 100% (Duas avaliações (50%+50%) escritas durante o semestre.)
2. Avaliação final - (Ordinário, Trabalhador) (Recurso)
   - Exame Final Escrito - 100% (Para alunos não aprovados durante a época final ou que pretendam melhoria de nota)
3. Exame especial - (Ordinário, Trabalhador) (Especial)
   - Exame Final Escrito - 100% (Para situações especiais previstas no regulamento pedagógico)

Este documento só tem validade académica depois de autenticado, em todas as suas folhas, com o selo a óleo da Instituição.

Língua em que é ministrada

Português, com apoio em inglês para alunos estrangeiros

Validação Eletrónica

Iolanda Ligia Rodrigues Afonso	Juliana Almeida de Souza	Josiana Adelaide Vaz	Adília Maria Pires da Silva Fernandes
05-01-2023	28-02-2023	21-03-2023	26-03-2023

Este documento só tem validade académica depois de autenticado, em todas as suas folhas, com o selo a óleo da Instituição.