



FICHA DE COMPONENTE CURRICULAR

CÓDIGO:	COMPONENTE CURRICULAR: Atividades Curriculares de Extensão: Atendimento em Nutrição Esportiva	
UNIDADE ACADÊMICA OFERTANTE: Faculdade de Medicina	SIGLA: FAMED	
CH TOTAL TEÓRICA: 0 horas	CH TOTAL PRÁTICA: 45 horas	CH TOTAL: 45 horas

1. OBJETIVOS

Desenvolver e aplicar métodos e técnicas de ensino em sua área de atuação;

Atuar em equipes multiprofissionais com trabalho interprofissional destinadas a planejar, coordenar, supervisionar, implementar, executar e avaliar atividades na área de alimentação e nutrição e de saúde;

Ser capaz de refletir sobre sua prática profissional;

Aplicar adequadamente a linguagem técnica na comunicação interprofissional;

Planejar, implementar e participar de atividades de formação em alimentação e nutrição para diferentes profissionais;

Conhecer e identificar as particularidades da nutrição no esporte, especialmente no que se refere a consumo alimentar, avaliação da composição corporal e necessidades nutricionais para o desempenho esportivo e físico

Aplicar os princípios da prescrição de suplementos nutricionais na prática esportiva e reconhecer os riscos associados ao seu uso.

Reconhecer a função da água e dos eletrólitos para o desempenho esportivo e físico;

Elaborar o plano de cuidado alimentar e nutricional aplicado ao desempenho esportivo e físico, considerando os momentos antes, durante e após a prática.

Interpretar, integrar e empregar os dados obtidos na avaliação do estado nutricional na definição do diagnóstico nutricional.

Considerar os princípios do Código de Ética e de Conduta do Nutricionista no uso das redes sociais para divulgação profissional, de materiais educativos e informativos em saúde e nutrição

Elaborar programa de avaliação de atletas ou praticantes de exercício físico;

Realizar avaliação antropométrica de atletas ou praticantes de exercício físico;

Realizar avaliação do consumo alimentar de atletas ou praticantes de exercício físico;

Elaborar materiais educativos;

Realizar rodas de conversa com atletas ou praticantes de exercício físico.

2. EMENTA

Nutrição e esporte. Necessidades nutricionais do atleta. Consumo alimentar e composição corporal. Recomendações nutricionais para atletas. Suplementação.

3. PROGRAMA

Elaboração de materiais educativos;

Avaliação da composição corporal;

Avaliação do consumo alimentar;

Recomendações do uso de suplemento para melhora do desempenho.

4. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

POWERS, Scott K.; HOWLEY, Edward T. **Fisiologia do exercício**: teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho. Tradução de Marcos Ikeda. 9. ed. Barueri: Manole, 2017.

McARDLE, W. D.; KATCH, F. I.; KATCH, V. L. **Nutrição para o esporte e o exercício**. 5. ed. Rio de Janeiro : Guanabara Koogan, 2021. ISBN 9788527737890

McArdle, W.D. **Fisiologia do exercício**: nutrição, energia e desempenho humano. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016.

5. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

KATCH, F. I. **Nutrição, exercício e saúde**. São Paulo: Medsi, 1996.

Hirschbruch, Marcia Daskal. **Nutrição esportiva**: uma visão prática. Barueri : Manole, 2014.

KAMEL, D. **Nutrição e atividade física**. São Paulo: Sprint, 2001.

TIRAPÉGUI, Júlio. **Nutrição, metabolismo e suplementação na atividade física**. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2012.

WILLIAMS, Melvin H. **Nutrição para saúde, condicionamento físico & desempenho esportivo**. Tradução de Sonia Bidutte. 5. ed. Barueri: Manole, 2002.

6. APROVAÇÃO

Marina Rodrigues Barbosa

Catarina Machado Azeredo

Coordenadora do Curso de Graduação em Nutrição Diretora da Faculdade de Medicina



Documento assinado eletronicamente por **Marina Rodrigues Barbosa, Coordenador(a)**, em 16/12/2022, às 16:03, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Catarina Machado Azeredo, Diretor(a)**, em 21/12/2022, às 16:40, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://www.sei.ufu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **3540168** e o código CRC **CF51F48A**.

Referência: Processo nº 23117.004323/2022-84

SEI nº 3540168