



Disciplina: Nutrição Básica

Código: MCN220

Carga horária teórica:

90h Carga horária

prática: 0h

Créditos: 6

Professores Atuantes: Kelse Tibau de Albuquerque, Leandro Oliveira Batista, Thiago da Silveira Alvares e Tiago da Costa Leite.

I – EMENTA

Macronutrientes, micronutrientes e fibras dietéticas: Conceito, classificação, funções, digestão, absorção, metabolismo, recomendações de ingestão e fontes alimentares.

II – DESCRIÇÃO DO PROGRAMA

A disciplina visa fornecer elementos fundamentais sobre os nutrientes visando suporte técnico ao trabalho do nutricionista, permitindo aplicar o conhecimento das transformações decorrentes dos processos de digestão, absorção e metabolismo dos nutrientes, bem como fontes alimentares, no atendimento das necessidades nutricionais do organismo, instrumentalizando o aluno para o exercício de habilidades específicas da prática profissional.

III – BIBLIOGRAFIA BÁSICA

- COZZOLINO, SMF. **Biodisponibilidade de nutrientes**. 4ed. Manole, 2012.
- SHILLS ME, Olson JA, Shike M, Ross AC. **Tratado de nutrição moderna na saúde e na doença**. 9 ed. Manole Editora. 2003.
- SEABRA SMC et al. **Tratado de Nutrição, Alimentos e Dietoterapia**. 1 ed. São Paulo: Guanabara Koogan. 2007.
- TIRAPEGUI J. **Nutrição: fundamentos e aspectos atuais**. 2 ed. São Paulo: Editora Atheneu, 2006.
- UNICAMP. **Tabela de composição de alimentos**. Campinas – São Paulo: Editora da Unicamp, 2007.
- CHAMPE PC, HARVEY RA. **Bioquímica ilustrada**. 2 ed. Porto Alegre: ArtMed, 2002.
- LEVY MN, KOEPPEN BM, STANTON BA. **Fundamentos de fisiologia**. 4 ed., Rio de Janeiro: Elsevier, 2006.

IV – BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- COZZOLINO SMF. **Bases bioquímicas e fisiológicas da nutrição: Nas diferentes fases da vida, na saúde e na doença**. Manole Editora, 2013.
- BROUWER IA, WANDERS AJ, KATAN MB. **Effect of animal and industrial trans fatty acids on HDL and LDL cholesterol levels in humans – a quantitative review**. *Plus One*, 5:1-10, 2010.
- GRIEL AE et. al. **An increase in dietary n-3 fatty acids decrease a marker of bone resorption in humans**. *Nutr J*, 6:1-8, 2007.
- HU FB. **Are refined carbohydrates worse than saturated fat?** *Am J Clin Nutr*, 91:1541-2, 2010.
- PAPATHANASOPOULOS A, CAMILLERI M. **Dietary fiber supplements:**



Universidade Federal do Rio de Janeiro
Centro Multidisciplinar de Macaé
Instituto de Alimentação e Nutrição

- effects in a obesity and metabolic syndrome and relationship to gastrointestinal functions.** *Gastroenterol*, 138:65-72, 2009.
- SURDYKOWSKI AK et. al. **Optimizing bone health in older adults: the importance of dietary protein.** *Aginghealth*, 6:345-57, 2010.
 - HOLICK MF. **Sunlight and vitamin D for bone health and prevention of autoimmune diseases, cancers, and cardiovascular disease.** *Am J Clin Nutr* 2004;80(suppl):1678S– 88S
 - MELLO VD, LAAKSONEN DE. **Fibras na dieta: tendências atuais e benefícios à saúde na síndrome metabólica e no diabetes melito tipo 2.** *Arq Bras Endocrinol Metab.* 2009;53/5
 - NARVAI PC. **Cárie dentária e flúor: uma relação do século XX.** *Ciência & Saúde Coletiva*, 5(2):381-392, 2000
 - SARTORELLI DS, CARDOSO MA. **Associação Entre Carboidratos da Dieta Habitual e Diabetes Mellitus Tipo 2: Evidências Epidemiológicas.** *Arq Bras Endocrinol Metab* vol 50 (3)Jun2006.



Documento assinado digitalmente
MONICA DE SOUZA LIMA SANT ANNA
Data: 06/05/2022 13:08:22-0300
Verifique em <https://verificador.iti.br>

Monica de S. L. Sant'Anna



Profa. Monica de S. L. Sant'Anna
Subst. Eventual
Coord. do Curso de Nutrição UFRJ/Macaé
SIAPE: 1060342



UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
CENTRO MULTIDISCIPLINAR UFRJ – Macaé
Instituto de Alimentação e Nutrição

Disciplina: Processamento de Alimentos II
Código: MCN 241
Carga horária teórica: 60 h
Carga horária prática: 45 h
Créditos: 6
Professores Atuantes: Angelica Nakamura e Gardênia Márcia Silva Campos Mata

I – EMENTA

Principais métodos empregados na produção, fabricação, transformação, beneficiamento, processamento, conservação e armazenamento dos alimentos de origem vegetal (frutas, hortaliças, cereais, leguminosas, açúcares, infusos e bebidas, óleos). Principais processos tecnológicos aplicáveis às matérias-primas desses diferentes grupos de alimentos. Análises bromatológicas e avaliação sensorial desses alimentos.

II – DESCRIÇÃO DO PROGRAMA

Módulo	Abordagem Teórica
I	Frutas e Hortaliças - Estatísticas de produção e consumo, colheita, beneficiamento, conservação ou armazenamento, estrutura, composição, propriedades e classificação. - Tecnologias de produtos à base de frutas e hortaliças (bebidas, geléias, frutas apertizadas, frutas cristalizadas e glaceadas, produtos fermentados, frutas desidratadas e vegetais minimamente processados). - Análises físicas, químicas e físico-químicas empregadas no controle de qualidade de produtos derivados de frutas e hortaliças. Legislação. - Seleção, pré-preparo, preparo e transformações decorrentes desses processos.
II	Bebidas - Bebidas não-alcoólicas e alcoólicas, bebidas estimulantes e infusos. Conceitos, composição, propriedades e classificações. Estatísticas de produção e consumo. - Tecnologia de bebidas não-alcoólicas (águas, sucos, néctares, refrescos, refrigerantes e infusos) e alcoólicas (fermentadas e destiladas). - Análises físicas, químicas e físico-químicas empregadas no controle de qualidade de bebidas. Legislação. - Seleção, pré-preparo, preparo e transformações decorrentes desses processos. Uso e aplicações desses produtos.
III	Cereais - Estatísticas de produção e consumo, colheita, beneficiamento, conservação ou armazenamento, estrutura, composição, propriedades e classificação. - Tecnologia de farinhas, produtos fermentados (ex. polvilho), parbolização (arroz), instantaneização (farinha, arroz, massas) e fabricação de massas.



	<ul style="list-style-type: none">- Análises físicas, químicas e físico-químicas empregadas no controle de qualidade de farinhas. Legislação.- Seleção, pré-preparo, preparo e transformações decorrentes desses processos.
IV	<p>Leguminosas</p> <ul style="list-style-type: none">- Estatísticas de produção e consumo, colheita, beneficiamento, conservação ou armazenamento, estrutura, composição, propriedades e classificação.- Tecnologia de grãos.- Análises físicas, químicas e físico-químicas empregadas no controle de qualidade de grãos. Legislação.- Seleção, pré-preparo, preparo e transformações decorrentes desses processos.
V	<p>Óleos e Gorduras</p> <ul style="list-style-type: none">- Estatísticas de produção e consumo, obtenção dos óleos, conservação ou armazenamento, composição, propriedades e classificação.- Tecnologia de óleos, processos de extração e refino de óleos, fabricação de azeites, hidrogenação (margarina, gordura vegetal hidrogenada e creme vegetal), interesterificação, etc.- Análises físicas, químicas e físico-químicas empregadas no controle de qualidade de óleos. Legislação.- Uso e aplicações dos óleos e transformações decorrentes desses processos.
VI	<p>Caldos, molhos e sopas e Condimentos</p> <ul style="list-style-type: none">- Conceito, importância e classificação de caldos, molhos e sopas além de seleção, pré-preparo, preparo e transformações decorrentes desses processos nestes tipos de preparações.- Estatísticas de produção e consumo, obtenção dos condimentos, conservação ou armazenamento, composição, propriedades e classificação.- Tecnologia de produtos à base de condimentos, como: edulcorantes não calóricos, temperos prontos, sal temperado, molhos, conservas, essências artificiais, ervas desidratadas, etc.- Legislação.- Uso e aplicações dos condimentos e transformações decorrentes desses processos. Uso específico nas principais preparações da culinária nacional e internacional.
VII	<p>Açúcares</p> <ul style="list-style-type: none">- Estatísticas de produção e consumo, colheita, beneficiamento, conservação ou armazenamento, estrutura, composição, propriedades e classificação.- Tecnologia empregada na cana-de-açúcar (melado, rapadura, açúcar mascavo, açúcar cristal, açúcar refinado e açúcar de confeitiro)- Legislação.- Uso e aplicações dos açúcares e transformações decorrentes desses processos.

III – BIBLIOGRAFIA BÁSICA

DAMODARAN, S. Química de alimentos de Fennema. 4.ed. Porto Alegre: Artmed,2010.

GAVA, A.J. Tecnologia de Alimentos: Princípios e aplicações. São Paulo: Atheneu, 2008.

INSTITUTO ADOLFO LUTZ. Métodos físico-químicos para análise de alimentos. São Paulo:

Instituto Adolfo Lutz, 2008. Disponível em:

Instituto de Alimentação e Nutrição – *Centro Multidisciplinar* UFRJ-Macaé

Rua Aloísio da Silva Gomes, nº 50, Granja dos Cavaleiros, Macaé, RJ

CEP: 27930-560



http://www.ial.sp.gov.br/resources/editorinplace/ial/2016_3_19/analisedealimentosial_2008.pdf Acesso em: 28 set. 2018.

ORNELLAS, L. Técnica Dietética – Seleção e preparo de alimentos. 8º ed. São Paulo: Atheneu, 2007.

PACHECO, M. Tabela de equivalentes, medidas caseiras e composição química de alimentos. Rio de Janeiro: Rubio. 2011.

PINHEIRO, A. Tabela para Avaliação de Consumo Alimentar em Medidas Caseiras. 5a. Ed. Atheneu, 2009.

PHILIPPI, S. T. Nutrição e Técnica Dietética. 3o ed. São Paulo: Manole, 2016.

UNIVERSIDADE DE CAMPINAS. NÚCLEO DE ESTUDOS E PESQUISAS EM ALIMENTAÇÃO. Tabela brasileira de composição de alimentos. 2o ed. Campinas: NEPA-UNICAMP, 2011. Disponível em: http://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/taco_4_edicao_ampliada_e_revisada.pdf. Acesso em: 28/09/2018.

IV – BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

CHEMIN, S.M.S.S; MARTINEZ, S. Cardápio: Guia prático para elaboração. Ed. Roca, 2014. 320p

DOMENE, S.M.A. Técnica Dietética: Teoria e Aplicações. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2014.

FELLOWS, P. J. Tecnologia de Processamento de Alimentos: Princípios e Práticas. 2o Ed. Porto Alegre: Artmed, 2006.

CAMARGO, E.B.; BOTELHO, R.B.A. Técnica Dietética: pré-preparo e preparo de alimentos. São Paulo: Editora Atheneu, 2012.

ORDONEZ, J. A. Tecnologia de Alimentos. Alimentos de Origem Animal -Volume 2. 2004.



Documento assinado digitalmente
MONICA DE SOUZA LIMA SANT ANNA
Data: 06/05/2022 13:12:02-0300
Verifique em <https://verificador.iti.br>

Mônica de S. L. Sant'Anna



Profa. Mônica de S. L. Sant'Anna
Subst. Eventual
Coord. do Curso de Nutrição UFRJ/Macaé
SIAPE: 1060342