

ANO LETIVO DE 2020-2021

CURSO DE LICENCIATURA EM CIÊNCIAS DA NUTRIÇÃO

Unidade curricular:

Nutrição Comunitária

Curricular Unit:

Comunitary Nutrition

Docente responsável (preencher o nome completo):

Responsible teacher (fill in the fullname):

Helena Real

Objetivos da unidade curricular e competências a desenvolver (1000 caracteres):

Adquirir competências em:

- Planeamento de recomendações alimentares para grupos de indivíduos, desenhando programas de alimentação e nutrição;
- Promoção, planificação, execução e avaliação de ações de educação alimentar e nutricional;
- Identificação de grupos populacionais de risco nutricional, visando o planeamento de ações específicas;
- Promoção de programas e projetos de educação alimentar e nutricional direcionados às diferentes faixas etárias na comunidade;
- Elaboração de material didático para uso em programas de alimentação e nutrição.

Objectives of the curricular unit and competences to be developed

- Planning dietary recommendations for groups of individuals by designing nutrition and feeding programs;
- Promotion, planning, implementation and evaluation of educational food and nutrition actions;
- Identification of population groups at nutritional risk, seeking the planning of specific actions;
- Promotion of food and nutritional education programs and projects aimed at different age in the community;
- Preparation of material for use in feeding and nutritional programs.

Conteúdos programáticos (1000 caracteres):

- Conceitos, componentes, fundamentos e aplicações
- Elaboração e gestão de programas de nutrição comunitária
- A aplicação da promoção de Saúde - Modelos e teorias
 - A perspetiva ecológica – Abordagem interativa e multinível
 - Teorias e modelos de três níveis de influência
 - Nível individual ou intrapessoal
 - Nível interpessoal
 - Nível comunitário
- Estratégias de promoção da alimentação saudável:
 - Ações de incentivo;
 - Ações de apoio;
 - Ações de proteção;
 - Monitorização.
- Educação Alimentar
 - Evolução da Educação Alimentar
 - Métodos diretos e indiretos
 - Instrumentos de Educação Alimentar
- Intervenções em diferentes grupos populacionais
- Publicidade e as Práticas Alimentares
 - Publicidade: um vetor de símbolos associados à alimentação
 - Divulgação e disseminação de recomendações alimentares e nutricionais
 - Informação nutricional ao consumidor
- Avaliação de programas de nutrição comunitária
- Exemplos de Programas de Nutrição Comunitária

Syllabus

- Concepts, components, fundamentals and applications
- Preparation and management of community nutrition programs
- Implementation of Health Promotion - Models and theories
 - The ecological perspective - interactive and multi-level approach
 - Theories and models of three levels of influence
 - Individual or intrapersonal level
 - Interpersonal level
 - Community level
- Strategies to promote healthy eating:
 - Incentive actions;
 - Support actions;

Protective actions;

- Monitoring.
- Nutrition Education
 - Evolution of Nutrition Education
 - Direct and indirect methods
 - Instruments for Food Education
- Interventions in different population groups
- Advertising and Feeding Practices
 - Advertising: a vector of symbols associated with food
 - Disclosure and dissemination of food and nutrition recommendations
 - Nutritional information to consumers
- Evaluation of Community Nutrition Programs
- Examples of Community Nutrition Programs

Referências bibliográficas (bibliography)

(máximo três títulos):

- Boyle MA, Holben DH. Community Nutrition in Action: An Entrepreneurial Approach. Thomson Wadsworth Learning, 2010.
- Contento IR. Nutrition Education: Linking Research, Theory, and Practice. Jones & Bartlett Publishers, 2010.
- Worsley, T. Nutrition Promotion: Theories and Methods, Systems and Settings. Allen & Unwin, 2008.

O regente: (data e nome completo):