

FICHA RESUMO DE UNIDADE CURRICULAR
ANO LETIVO DE 2021-2022

CURSO DE CTeSP EM GERONTOLOGIA

Unidade curricular:

Intervenção nutricional em gerontologia

Curricular Unit:

Nutritional intervention in gerontology

Objetivos da unidade curricular e competências a desenvolver (1000 carateres);

- Identificar as principais alterações fisiológicas e patológicas associadas ao processo de envelhecimento, nomeadamente as de maiores repercussões alimentares;
- Compreender as modificações alimentares necessárias às diversas situações de doença e reconhecer a importância do cuidado nutricional na promoção da saúde no idoso;
- Avaliar o estado nutricional do idoso no contexto da avaliação geriátrica global;
- Avaliar o risco nutricional em geriatria;
- Elencar os objetivos da alimentação na pessoa idosa;
- Conhecer os princípios da Alimentação Saudável e o seu ajustamento às necessidades do idoso;
- Perceber o papel da nutrição e alimentação da pessoa idosa em final de vida.

Objectives of the curricular unit and competences to be developed (1000 caracteres)

- To identify the main physiological and pathological changes associated with the aging process, especially those with the greatest food repercussions;
- Understand the dietary modifications necessary to the different illness situations and recognize the importance of nutritional care in the promotion of health in the elderly;
 - To evaluate the nutritional status of the elderly in the context of the global geriatric evaluation;
 - To evaluate the nutritional risk in geriatrics;
 - List the objectives of feeding the elderly;
 - To know the principles of Healthy Eating and its adjustment to the needs of the elderly;
 - Understand the role of nutrition and feeding of the elderly at the end of life.

Conteúdos programáticos (1000 carateres):

Alimentação e nutrição:

- Alterações fisiológicas e patológicas com repercussões nutricionais
- Hábitos Alimentares - resultado de uma vida: a cultura, a tradição e as disponibilidades

Necessidades nutricionais:

- Necessidades energéticas em estados de saúde e de doença.
- Avaliação do estado nutricional

- Planos alimentares

Nutrição no envelhecimento:

- Requerimentos nutricionais

- Estado Nutricional – desidratação, obesidade, desnutrição e défices em micronutrientes.

Regimes alimentares adequados:

- Escolha dos Alimentos

- Preparações Alimentares – métodos de confeção e modificação da consistência

- Ementas

Alimentação e nutrição em situações patológicas:

- Dislipidemias, Hipertensão Arterial e Doença Cardiovascular, Diabetes Mellitus, alterações da coagulação, Doenças hepáticas, pancreáticas e renais

- Alergias e intolerâncias alimentares

Syllabus (1000 caracteres)

Food and nutrition:

- Physiological and pathological changes with nutritional repercussions

- Food habits - the result of a lifetime: culture, tradition and availability

Nutritional needs:

- Energy needs in states of health and disease.

- Assessment of nutritional status

Nutrition in aging:

- Nutritional requirements

- Nutritional status - dehydration, obesity, malnutrition and micronutrient deficits.

Appropriate food regimens:

- Food Choice

- Food Preparations - cooking methods and consistency modification

- Elaboration of menus

Food and nutrition in pathological conditions:

- Dyslipidemia, Arterial Hypertension and Cardiovascular Disease, Diabetes Mellitus, coagulation disorders, Liver, pancreatic and renal diseases

- Allergies and food intolerances

Referências bibliográficas (máximo três títulos):

Angelis, R. (2007). Fisiologia de Nutrição Humana - aspetos básicos, aplicados e funcionais (2ªed.) Altheneu.
Escott-Stump, S. & Kathleen Mahan (2018). Krause - Alimentos, Nutrição e Dietoterapia (14ª Edição). Elsevier Editora
de Sylvia Ferry, M., & Alix, E. (2004). A nutrição da pessoa idosa (2ª ed.). Lusociência.