

BLOCO 3: NUTRIÇÃO E INTEGRAÇÃO METABÓLICA

OBJETIVOS

- 1) Ilustrar o caminho metabólico geral seguido por cada biomolécula e sua relação com as conversões de energia;
- 2) Reconhecer a evolução do sistema digestório;
- 3) Identificar o papel dos grupos principais de nutrientes na pirâmide alimentar;
- 4) Descrever o papel da alimentação nas adaptações metabólicas;
- 5) Descrever os mecanismos de regulação do sistema digestório humano.

CRONOGRAMA

PROPOSTA DE HORÁRIO	ATIVIDADES	PROPOSTA DE ORGANIZAÇÃO DA TURMA
DIA 1		
8:00 às 9:30 h	<p>Discussão da ATIVIDADE 7 do BLOCO 2 – Estudo dirigido sobre o metabolismo na atividade física</p> <p>Objetivo: Ilustrar o caminho metabólico geral seguido por cada biomolécula e sua relação com as conversões de energia</p>	Turma toda
9:30 às 12:00 h	<p>Integração do metabolismo energético</p> <p>ATIVIDADE 1 – Construção de mapas metabólicos para estudo do metabolismo</p> <p>Objetivo: Ilustrar o caminho metabólico geral seguido por cada biomolécula e sua relação com as conversões de energia</p>	Atividade em grupo
12:00 às 13:00 h	INTERVALO PARA ALMOÇO	
13:00 às 17:00 h	<p>Sistema digestório comparado</p> <p>ATIVIDADE 2 – Estudo dirigido sobre a evolução do sistema digestório</p> <p>Objetivos: Reconhecer a evolução do sistema digestório</p>	Atividade em grupo
DIA 2		
Pré-aula	<p>Hábitos alimentares e seu papel na saúde</p> <p>ATIVIDADE 3 – Educação alimentar e nutricional</p> <p>Material de apoio:</p>	Atividade individual



	<ul style="list-style-type: none">✓ vídeo “Muito além do peso”✓ Guia Alimentar da População Brasileira <p>Objetivo: Identificar o papel dos grupos principais de nutrientes na pirâmide alimentar</p>	
8:00 às 9:00 h	Café da manhã	Turma toda
9:00 às 12:00 h	Discussão da ATIVIDADE 3 Contraposição entre o vídeo “Muito além do peso”, o Guia Alimentar da População Brasileira e os hábitos alimentares dos mestrandos Objetivos: <ul style="list-style-type: none">✓ Identificar o papel dos grupos principais de nutrientes na pirâmide alimentar;✓ Descrever o papel da alimentação nas adaptações metabólicas	Turma toda
12:00 às 13:00 h	INTERVALO PARA ALMOÇO	
13:00 às 15:00 h	Fisiologia digestória ATIVIDADE 4 – Experimento virtual sobre fisiologia digestória - Objetivo: Descrever os mecanismos de regulação do sistema digestório humano	Atividade em grupo
15:00 às 16:00 h	Atividade avaliativa (usando Google Form ou análogo)	Atividade individual
16:00 às 17:00 h	Discussão das respostas da atividade avaliativa	Turma toda