



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ  
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO**

**Projeto de Extensão: “Mediações Pedagógicas para promoção de saúde da população adulta e idosa”**

**Dia: Sexta-feira; Horário: 10:00 às 11:30h**

### ***CURSO: Nutrição, Saúde e Envelhecimento***

#### **Objetivo:**

Conhecer as inter-relações entre nutrição, saúde e envelhecimento no contexto da qualidade de vida, assim como desenvolver ações específicas voltadas ao controle, prevenção e promoção da saúde, como estratégia fundamental de ampliação do envelhecimento saudável.

#### **Alimentação e nutrição:**

- Conceitos de alimentação e nutrição saudável;
- Pirâmide dos alimentos / funções dos alimentos;
- Importância das fibras dietéticas na alimentação;
- Alimentos “Diet” e “Light”;
- Rotulagem Nutricional;
- Higiene e conservação dos alimentos;
- Cuidados Nutricionais na Hipertensão Arterial;
- Cuidados Nutricionais no Diabetes;
- Cuidados Nutricionais na Obesidade;
- Cuidados Nutricionais na Osteoporose.

**Responsáveis: Professores e alunos do Curso de Nutrição/UFPI**

**Teresina  
2013**