



Licenciatura em Ciências da Nutrição

MEMÓRIA FINAL DE CURSO

ANEXOS

Volume II

Elaborado por Diana Sofia Ferro Baião

Aluno nº 200891927

Orientadores: Mestre Ana Lúcia Silva e Dr. Carlos Ramos

Co-Orientadores: Mestre Rita Roldão e Dr. Ricardo Costa

Barcarena

Novembro de 2012

Universidade Atlântica

Licenciatura em Ciências da Nutrição

MEMÓRIA FINAL DE CURSO

ANEXOS

Volume II

Elaborado por Diana Sofia Ferro Baião

Aluno nº 200891927

Orientadores: Mestre Ana Lúcia Silva e Dr. Carlos Ramos

Co-Orientadores: Mestre Rita Roldão e Dr. Ricardo Costa

Barcarena

Novembro de 2012

Índice

Anexo 1 – Declaração de horas do Estágio Profissionalizante I	1
Anexo 2 – Certificado de realização de Visitas Domiciliárias e Avaliação Nutricional ..	2
Anexo 3 – Exemplo de um questionário <i>Mini Nutritional Assessment</i> (MNA®)	3
Anexo 4 – Ficha modelo de um Diário Alimentar.....	4
Anexo 5 – Ficha com fórmulas para o cálculo de peso e estatura estimados	5
Anexo 6 – Certificado de colaboração nas Consultas de Nutrição no âmbito do Projeto “Peso cuidado! Muito... pouco... ou nada”	6
Anexo 7 – Certificado de colaboração Consultas de Nutrição no âmbito do Projeto “Atividade Física e Saúde”	7
Anexo 8 – Certificado de participação e colaboração no Mini curso de alimentação numa vertente prática para Cuidadores.....	8
Anexo 9 – Certificado de participação nas Sessões de Vigilância e Controle da Diabetes e Hipertensão Arterial na população idosa	9
Anexo 10 – Ficha de dados utilizada nas Sessões de Vigilância e Controlo de Diabetes e Hipertensão Arterial na população idosa	10
Anexo 11 – Panfleto Informativo sobre “Hábitos Alimentares na Prevenção de Doenças Crónicas”	11
Anexo 12 – Certificado de participação na Peça de Teatro “A Glória vai às Compras”	12
Anexo 13 – Guião da Peça de Teatro “A Glória vai às compras”	13
Anexo 14 – Certificado de participação e realização da Palestra e Jogo da adivinha sobre a Roda dos Alimentos Portuguesa.....	14
Anexo 15 – Ficha com a descrição da actividade “ Jogo – A Roda dos Alimentos Portuguesa”	15
Anexo 16 – Slides da apresentação da Palestra “A Roda dos Alimentos Portuguesa” ..	16
Anexo 17 – Certificado de participação e realização do Jogo da Glória sobre Alimentação Saudável	17

Anexo 18 – Ficha com a descrição da atividade “Jogo da Glória sobre Alimentação Saudável”	18
Anexo 19 - Certificado de participação e realização da Palestra com o tema “Hábitos Alimentares na Prevenção de Doenças Crónicas”	19
Anexo 20 – Slides da apresentação da Palestra “Hábitos Alimentares na Prevenção de Doenças Crónicas”	20
Anexo 21 – Declaração de horas do Estágio Profissionalizante II	21
Anexo 22 – Cronograma de atividades a realizar durante o Estágio Profissionalizante II	22
Anexo 23 – Carta redigida aos pais acerca da constituição do Departamento de Nutrição <i>Milan Scuola Calcio</i> ®	23
Anexo 24 - Carta redigida aos treinadores acerca da constituição do Departamento de Nutrição na <i>Milan Scuola Calcio</i> ®.....	24
Anexo 25 – Panfleto “Alimentação Saudável”	25
Anexo 26 – Dicas Semanais	26
Anexo 27 – Ficha com a descrição da atividade “Jogo do Semáforo” realizada no Convívio.....	27
Anexo 28 – Carta de Informação e Termo de Consentimento Informado.....	28
Anexo 29 – Carta redigida aos pais dos atletas que necessitavam de aconselhamento alimentar	29
Anexo 30 – Ficha de Avaliação do Estado Nutricional utilizada nas consultas de nutrição realizadas aos atletas da <i>Milan Scuola Calcio</i> ®.....	30
Anexo 31 – Plano Alimentar realizado para o Torneio Ceia Cup	31
Anexo 32 – Declaração da realização de atividades no Centro de Estudos e Investigação em Dinâmicas Sociais e Saúde	32
Anexo 33 – Declaração de horas realizadas na Campanha de Alimentação Saudável na Câmara Municipal de Loures.....	33
Anexo 34 - Certificado de colaboração com a Associação Portuguesa dos Nutricionistas no evento Expo Low Cost.....	34

Anexo 35 – Declaração de participação no Rastreio Nutricional na Unidade de Saúde Familiar Abasaúde	35
Anexo 36 – Cartão de registo de dados antropométricos utilizado no Rastreio Nutricional na Unidade de Saúde Familiar Albasaúde	36
Anexo 37 – Cálculo Nutricional e Descrição da Receita do Município de Góis – Projecto “Gastronomia contra a Obesidade”	37
Anexo 38 – Certificado de participação nas atividades desenvolvidas pelo Departamento de Nutrição na Futurália	38
Anexo 39 – Declaração de Participação no Simpósio “Desnutrição e Doenças do Comportamento Alimentar”	39
Anexo 40 – Poster do Simpósio “Desnutrição e Doenças do Comportamento Alimentar”	40
Anexo 41 – Certificado de participação na Comissão Organizadora da II Semana da Nutrição da Universidade Atlântica	41
Anexo 42 – Cartão de registo de dados do rastreio do estado nutricional na II Semana da Nutrição da Universidade Atlântica	42
Anexo 43 – Ficha de Inscrição na II Semana da Nutrição da Universidade Atlântica ...	43
Anexo 44 – Cartaz alusivo à II Semana da Nutrição da Universidade Atlântica	44
Anexo 45 – Programa da II Semana da Nutrição da Universidade Atlântica	45
Anexo 46 – Certificado de participação na II Semana da Nutrição	46
Anexo 47 – Certificado de participação como voluntária na II Corrida da Criança promovida pela Associação Portuguesa contra a Obesidade Infantil	47
Anexo 48 – Certificado de participação como voluntária no Rastreio Nutricional organizado pela Nutrialma na 4ª Caminhada pela Fertilidade	48
Anexo 49 – Panfleto para registo de dados do rastreio nutricional – Nutrialma	49
Anexo 50 – Resumo do Artigo Científico – Projecto de Investigação	50
Anexo 51 - Certificado de participação no 3º Fórum do Observatório Nacional da Obesidade e Controlo de Peso	51

Anexo 52 – Certificado de participação no 19º Curso Pós-Graduado do Núcleo de Endocrinologia, Diabetes e Obesidade	52
Anexo 53 – Certificado de participação na Conferência Fulbright Brainstorms – Obesidade Infantil, Epidemia do Século XXI	53
Anexo 54 – Certificado de participação no Congresso de Alimentação e Nutrição da Associação Portuguesa dos Nutricionistas	54

Anexo 1 – Declaração de horas do Estágio Profissionalizante I

**Anexo 2 – Certificado de realização de Visitas Domiciliárias e
Avaliação Nutricional**

**Anexo 3 – Exemplo de um questionário *Mini Nutritional Assessment*
(MNA®)**

Anexo 4 – Ficha modelo de um Diário Alimentar

**Anexo 5 – Ficha com fórmulas para o cálculo de peso e estatura
estimados**

Anexo 6 – Certificado de colaboração nas Consultas de Nutrição no âmbito do Projeto “Peso cuidado! Muito... pouco... ou nada”

**Anexo 7 – Certificado de colaboração Consultas de Nutrição no âmbito
do Projeto “Atividade Física e Saúde”**

**Anexo 8 – Certificado de participação e colaboração no Mini curso de
alimentação numa vertente prática para Cuidadores**

Anexo 9 – Certificado de participação nas Sessões de Vigilância e Controle da Diabetes e Hipertensão Arterial na população idosa

Anexo 10 – Ficha de dados utilizada nas Sessões de Vigilância e Controlo de Diabetes e Hipertensão Arterial na população idosa

**Anexo 11 – Panfleto Informativo sobre “Hábitos Alimentares na
Prevenção de Doenças Crónicas”**

**Anexo 12 – Certificado de participação na Peça de Teatro “A Glória
vai às Compras”**

Anexo 13 – Guião da Peça de Teatro “A Glória vai às compras”

Anexo 14 – Certificado de participação e realização da Palestra e Jogo da adivinha sobre a Roda dos Alimentos Portuguesa

Anexo 15 – Ficha com a descrição da actividade “ Jogo – A Roda dos Alimentos Portuguesa”

Anexo 16 – Slides da apresentação da Palestra “A Roda dos Alimentos Portuguesa”

**Anexo 17 – Certificado de participação e realização do Jogo da Glória
sobre Alimentação Saudável**

Anexo 18 – Ficha com a descrição da atividade “Jogo da Glória sobre Alimentação Saudável”

Anexo 19 - Certificado de participação e realização da Palestra com o tema “Hábitos Alimentares na Prevenção de Doenças Crônicas”

Anexo 20 – Slides da apresentação da Palestra “Hábitos Alimentares na Prevenção de Doenças Crónicas”

Anexo 21 – Declaração de horas do Estágio Profissionalizante II

**Anexo 22 – Cronograma de atividades a realizar durante o Estágio
Profissionalizante II**

**Anexo 23 – Carta redigida aos pais acerca da constituição do
Departamento de Nutrição *Milan Scuola Calcio*®**

**Anexo 24 - Carta redigida aos treinadores acerca da constituição do
Departamento de Nutrição na *Milan Scuola Calcio*®**

Anexo 25 – Panfleto “Alimentação Saudável”

Anexo 26 – Dicas Semanais

**Anexo 27 – Ficha com a descrição da atividade “Jogo do Semáforo”
realizada no Convívio**

**Anexo 28 – Carta de Informação e Termo de Consentimento
Informado**

**Anexo 29 – Carta redigida aos pais dos atletas que necessitavam de
aconselhamento alimentar**

Anexo 30 – Ficha de Avaliação do Estado Nutricional utilizada nas consultas de nutrição realizadas aos atletas da *Milan Scuola Calcio*®

Anexo 31 – Plano Alimentar realizado para o Torneio Ceia Cup

**Anexo 32 – Declaração da realização de atividades no Centro de
Estudos e Investigação em Dinâmicas Sociais e Saúde**

**Anexo 33 – Declaração de horas realizadas na Campanha de
Alimentação Saudável na Câmara Municipal de Loures**

**Anexo 34 - Certificado de colaboração com a Associação Portuguesa
dos Nutricionistas no evento Expo Low Cost**

**Anexo 35 – Declaração de participação no Rastreio Nutricional na
Unidade de Saúde Familiar Abasaúde**

Anexo 36 – Cartão de registo de dados antropométricos utilizado no Rastreio Nutricional na Unidade de Saúde Familiar Albasáude

**Anexo 37 – Cálculo Nutricional e Descrição da Receita do Município
de Góis – Projecto “Gastronomia contra a Obesidade”**

**Anexo 38 – Certificado de participação nas atividades desenvolvidas
pelo Departamento de Nutrição na Futurália**

Anexo 39 – Declaração de Participação no Simpósio “Desnutrição e Doenças do Comportamento Alimentar”

**Anexo 40 – Poster do Simpósio “Desnutrição e Doenças do
Comportamento Alimentar”**

**Anexo 41 – Certificado de participação na Comissão Organizadora da
II Semana da Nutrição da Universidade Atlântica**

Anexo 42 – Cartão de registo de dados do rastreio do estado nutricional na II Semana da Nutrição da Universidade Atlântica

**Anexo 43 – Ficha de Inscrição na II Semana da Nutrição da
Universidade Atlântica**

Anexo 44 – Cartaz alusivo à II Semana da Nutrição da Universidade Atlântica

Anexo 45 – Programa da II Semana da Nutrição da Universidade Atlântica

Anexo 46 – Certificado de participação na II Semana da Nutrição

Anexo 47 – Certificado de participação como voluntária na II Corrida da Criança promovida pela Associação Portuguesa contra a Obesidade Infantil

**Anexo 48 – Certificado de participação como voluntária no Rastreo
Nutricional organizado pela Nutrialma na 4ª Caminhada pela
Fertilidade**

**Anexo 49 – Panfleto para registo de dados do rastreio nutricional –
Nutrialma**

Anexo 50 – Resumo do Artigo Científico – Projecto de Investigação

**Anexo 51 - Certificado de participação no 3º Fórum do Observatório
Nacional da Obesidade e Controlo de Peso**

**Anexo 52 – Certificado de participação no 19º Curso Pós-Graduado do
Núcleo de Endocrinologia, Diabetes e Obesidade**

**Anexo 53 – Certificado de participação na Conferência Fulbright
Brainstorms – Obesidade Infantil, Epidemia do Século XXI**

**Anexo 54 – Certificado de participação no Congresso de Alimentação e
Nutrição da Associação Portuguesa dos Nutricionistas**