

# NUTRICÃO

## O QUE FAZ

O nutricionista investiga e controla a relação do ser humano com o alimento para preservar sua saúde.

## PERFIL DO PROFISSIONAL

Quem segue essa carreira tem interesse por Biologia e Química. Além disso, costuma ser comunicativo, gostar de pessoas e ter comprometimento com a qualidade de vida. Nutrição é uma área onde novos conhecimentos são desenvolvidos a todo momento. Assim, gostar de estudar e se manter atualizado é essencial para que o profissional acompanhe as novas práticas e diretrizes da profissão.

## CURSO

A maioria das disciplinas básicas é da Área Médica, como Fisiologia, Anatomia e Bioquímica. Mas boa parte do curso é dirigida à formação profissional, com aulas teóricas e práticas sobre qualidade nutricional dos alimentos, educação e higiene alimentar e avaliação nutricional. Nas aulas práticas, o aluno aprende técnicas de preparo e conservação e investiga as transformações que eles sofrem. As disciplinas de Patologia, Farmacologia, Dietoterapia e Microbiologia dos Alimentos complementam a formação profissional.

Duração média: 4 anos.

## ÁREAS DE ATUAÇÃO

**Administração:** Gerenciar a produção de alimentos em indústrias alimentícias, cozinhas industriais, hospitais, restaurantes de empresas, creches, escolas, asilos, *spas*, hotéis, empresas de serviço de bufês e congelados.

**Catering:** Elaborar cardápios para empresas diversas, como companhias aéreas e produtoras de cinema e TV ou de espetáculos teatrais.

**Controle nutricional:** Criar cardápios para todos os tipos de cliente.

**Desenvolvimento de produto:** Pesquisar e desenvolver produtos para a indústria alimentícia, fazendo testes culinários e degustação dos pratos.

**Gastronomia:** Controlar a qualidade da cozinha e as condições de higiene de restaurantes. Elaborar cardápios.

**Marketing:** Coordenar pesquisas de produtos, testes de receitas e serviços de atendimento ao consumidor, tanto em indústrias alimentícias quanto em cozinhas experimentais.

**Nutrição clínica:** Prescrever dietas a pacientes em hospitais, clínicas, ambulatórios ou consultórios e adaptar a alimentação aos tratamentos clínicos.

**Nutrição esportiva:** Elaborar e coordenar o acompanhamento alimentar de atletas e praticantes de atividade física.

**Saúde coletiva:** Realizar e coordenar atividades de alimentação e nutrição para programas institucionais, de atenção básica e de vigilância sanitária.

**Docência e pesquisa:** Atuar em atividades de ensino, extensão e pesquisa relacionadas à alimentação e à nutrição.

## FIQUE DE OLHO

As maiores oportunidades de emprego estão no segmento da alimentação coletiva, como restaurantes e empresas, que necessitam do nutricionista para desenvolver cardápios e preparações mais saudáveis e para controlar a qualidade do alimento servido em seus refeitórios. Cresce a atuação em clínicas multidisciplinares no atendimento não só a pacientes que buscam perder peso, mas, também, àqueles com restrições ou alergia alimentar, ou apenas que queiram seguir uma alimentação mais saudável.