

Se você gosta de...

experiências científicas, adora as aulas de Química e Biologia,  
é organizado, suas coisas vivem em ordem  
e faz trabalhos com começo, meio e fim,  
...é bom considerar...

## **Nutrição**

*É a ciência que investiga e controla a relação  
homem-alimento para preservar a saúde humana.*

**O QUE É:** O nutricionista planeja, administra e coordena programas de alimentação e nutrição em empresas, escolas, hospitais, hotéis, restaurantes comerciais, spas e asilos, entre outros locais. Ele define os cardápios das refeições, sugerindo pratos que supram as necessidades nutricionais de clientes, pacientes ou hóspedes. Orienta e prescreve dietas individuais ou de grupo, para diabéticos, hipertensos, obesos, pacientes de doenças renais, hepáticas ou qualquer outra cujo tratamento exija acompanhamento alimentar específico. Para garantir a qualidade do que vai ser consumido, seleciona os fornecedores, controla a qualidade das matérias-primas e supervisiona a preparação dos alimentos. Para exercer a profissão, é preciso ter registro no Conselho Regional dos Nutricionistas.

**PERFIL DO PROFISSIONAL:** O profissional deve ter interesse pelos alimentos e suas propriedades, dinamismo, interesse pelo ser humano e seu contexto, interesse pela área de saúde, capacidade de orientação e planejamento, interesse científico.

**O CURSO:** A maioria das disciplinas do currículo básico é da área médica como Fisiologia e Anatomia. Mas boa parte do curso é dirigida à formação profissional, com aulas teóricas e práticas sobre as qualidades nutricionais dos alimentos, educação alimentar e higiene alimentar. Nas aulas práticas de cozinha, o aluno aprende técnicas de preparo e conservação. As disciplinas de Patologia, Farmacologia, Dietoterapia, Microbiologia dos alimentos e Tecnologia dos alimentos complementam a formação profissional.

**Duração média do curso:** quatro anos.

### **CAMPO DE ATUAÇÃO:**

- **Administração** - supervisionar e gerenciar o processo de produção de alimentos na indústria alimentícia ou em cozinhas industriais.
- **Consultoria** - prestar assessoria técnica e treinar funcionários em empresas alimentícias.
- **Ensino** - promover a educação na comunidade.

- **Marketing** - coordenar pesquisas de produtos e receitas.
- **Nutrição clínica** - atuar em hospitais e clínicas, prescrevendo dietas aos pacientes e adaptando a alimentação a cada tratamento.
- **Nutrição esportiva** - orientar atletas em dietas adequadas às suas necessidades.
- **Pesquisa** - estudar os hábitos alimentares e a situação nutricional da população de uma região.
- **Saúde pública** - planejar e organizar programas de merenda escolar, alimentação em creches, escolas e centros de saúde.

### **COMO ESTÁ O MERCADO:**

O maior campo do nutricionista está concentrado em empresas e instituições públicas que organizam programas de alimentação. As cozinhas experimentais nas indústrias alimentícias estão em alta, pois é onde o nutricionista testa receitas e faz pesquisa entre os consumidores. O marketing também é um campo promissor. Melhora a área de nutrição esportiva. A crescente preocupação com a saúde aumenta a demanda por profissionais em academias e clínicas de estética.