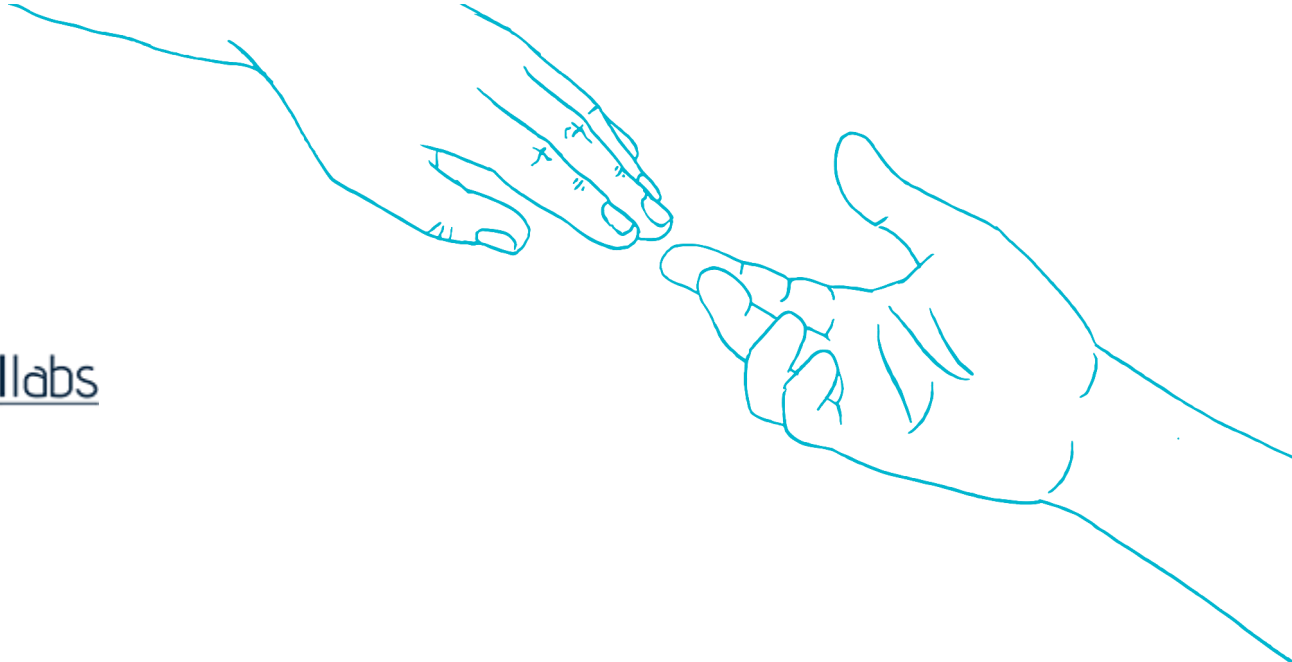




Manual do usuário/aluno

PLATAFORMA CALCNUT

<https://calcnut.unb.br/>

Sumário

O que é a plataforma Calcnut.....	2
Serviços oferecidos.....	3
Acesso à plataforma.....	4
Áreas de Avaliação e Prescrição.....	5
Avaliação.....	6
Gráficos da Área de Avaliação.....	8
Prescrição.....	11
Relatório da prescrição.....	15

O que é a plataforma Calcnut

A **Plataforma CalcNut** é um sistema gratuito disponibilizado pela **Universidade de Brasília (UnB)**, projetado para auxiliar no cálculo da composição de nutrientes dos alimentos e na elaboração de planos alimentares personalizados. Idealizada e organizada pela **Professora Dra. Teresa Helena Macedo da Costa**, a plataforma contou com a colaboração de diversos profissionais e pesquisadores ao longo dos anos para que sua implementação fosse de fato concretizada.

O CalcNut foi criado para atender às necessidades de **estudantes e profissionais da nutrição**, proporcionando uma ferramenta prática e acessível para o planejamento dietético. O sistema possibilita a avaliação e a prescrição dietética de forma dinâmica, oferece funcionalidades como a customização de planos alimentares, cálculo automático de macronutrientes e micronutrientes e a geração de relatórios detalhados em diferentes formatos (PDF e XLS). Com uma interface intuitiva e responsiva, a plataforma foi desenvolvida para facilitar o acesso e a utilização tanto por iniciantes quanto por especialistas da área.

Serviços oferecidos

A **Plataforma CalcNut** oferece um conjunto de ferramentas essenciais para a análise nutricional de alimentos e a elaboração de planos alimentares personalizados. Com uma interface intuitiva e funcionalidades avançadas, a plataforma atende às necessidades de **estudantes, pesquisadores e profissionais da nutrição**, garantindo maior precisão e eficiência no planejamento dietético.

Os principais serviços disponíveis ao público incluem:

Avaliação dietética: a ferramenta de **avaliação dietética** possibilita a inserção e análise do consumo alimentar de indivíduos, facilita a identificação de déficits ou excessos nutricionais. Com base nos dados inseridos, o sistema gera um relatório detalhado que auxilia na tomada de decisões para ajustes na alimentação.

Prescrição nutricional: a plataforma permite a elaboração de planos alimentares personalizados, considerando as necessidades energéticas e nutricionais individuais. O usuário pode definir as metas calóricas, ajustar a distribuição de macronutrientes e incluir alimentos específicos de acordo com as preferências ou restrições do paciente.

Visualização gráfica e relatórios nutricionais: o CalcNut disponibiliza gráficos interativos e relatórios detalhados que auxiliam na interpretação dos dados nutricionais. Os relatórios podem ser gerados nos formatos **PDF e XLS**, isso permite que os profissionais tenham flexibilidade no armazenamento e compartilhamento das informações.

Acesso à plataforma

A Plataforma CalcNut está disponível gratuitamente e pode ser acessada por profissionais e estudantes da área da nutrição. O acesso pode ser feito por meio do link: <https://calcnut.unb.br/>

Áreas de Avaliação e Prescrição

Logo abaixo temos a **barra de ações** principal da área pública do sistema CalcNut, localizada no topo da tela de avaliação ou prescrição dietética (a área selecionada ficará destacada com a cor verde). Essa barra permite ao usuário alternar entre seções e executar ações importantes relacionadas ao plano alimentar do paciente.



Figura 12: Barra de ações

Aqui está o que cada item do menu representa:

1. Avaliação dietética

- **Função:** abre a aba de **avaliação dietética**, onde é possível incluir o recordatório ou registro alimentar e gerar gráficos.
- **Estado ativo:** está sublinhado e com texto verde, indicando que essa aba está sendo visualizada atualmente.

2. Prescrição dietética

- **Função:** abre a aba de **prescrição dietética**, onde o profissional poderá entrar com as metas alimentares para o paciente e prescrever a dieta mais apropriada.

3. Relatório da prescrição

- **Função:** abre a aba de **relatórios**, com gráficos e análises nutricionais da prescrição.

4. + Refeição

- **Função:** adiciona uma nova refeição ao plano alimentar atual (avaliado ou prescrito), isso permite incluir novos alimentos.

5. Apagar tudo

- **Função:** remove todos os alimentos adicionados e os dados do paciente.

6. Finalizar avaliação/prescrição

- **Função:** encerra a avaliação/prescrição atual, gerando uma visualização consolidada com o resumo da avaliação ou prescrição feita.

Avaliação

A área de avaliação do CalcNut é o espaço onde o profissional analisa a alimentação do paciente com base nos alimentos consumidos por meio de um recordatório ou registro alimentar. A área de avaliação possui as seguintes seções:

1. Dados do paciente: destinada ao **cadastro de dados do paciente** na área de avaliação do sistema CalcNut. Nela, o(a) profissional insere as informações básicas necessárias que poderão ser usadas nos cálculos nutricionais.

DADOS DO PACIENTE



Formulário de dados do paciente com campos para Nome, #ID, Idade, Peso, Sexo (Homem/Mulher), Gestante, Nutriz, Data de consumo, Recordatorio Alimentar, Registro Alimentar, e botão salvar.

Figura 13: Avaliação - dados do paciente

2. Registro das refeições: permite que o profissional insira e registre os alimentos consumidos pelo paciente em diferentes momentos do dia. O sistema vem, por padrão, com cinco refeições pré-cadastradas – desjejum, colação, almoço, lanche da tarde e jantar – mas elas podem ser editadas ou excluídas conforme a necessidade individual do paciente.

O fluxo esperado é que o profissional insira o nome do alimento e a quantidade consumida, e o sistema identificará automaticamente a qual tabela nutricional o alimento pertence. Com essas informações, o sistema calcula e exibe instantaneamente os valores nutricionais correspondentes – como energia (kcal), carboidratos disponíveis, proteínas, lipídios totais, colesterol, gorduras específicas e fibras – além de mostrar os totais por refeição.



Formulário de registro das refeições com seções para DESJEJUM e COLAÇÃO. Cada seção contém uma tabela com colunas: Tabela, Alimento, Qtd, Energia (Okcal), CHO dis., Ptn, Lip tot., Colest., G. sat., AG. Mono., AG. POLIL..., G. TRANS ..., FIBRAS (g). O formulário permite adicionar alimentos e calcular os totais nutricionais para cada refeição.

Figura 14: Avaliação - refeições

ALMOÇO

Tabela	Alimento	Qtd	Energia	CHo dis.	Ptn	Lip tot.	Coolest.	G. sat.	AG. Mono.	AG. POLII...	G. TRANS ...
---	ARROZ A GREGA, c/	40	0kcal	0g	0g	0g	0g	0g	0g	0g	0g
	ARROZ (POLIDO, PARBOILIZADO, AGULHA, AGULHINHA, ETC), cozido, c/ oleo, cebola e alho, c/ sal ARROZ A GREGA, c/ arroz polido, c/ sal ARROZ AO MOLHO PARDO, (arroz de cabidela), c/ arroz polido, c/ sal										

Figura 15: Avaliação - inserir alimento

Ao digitar no campo de alimento, o sistema exibe **sugestões automáticas** com base no texto inserido. Após selecionar um item e preencher a quantidade, o sistema calcula automaticamente os **valores nutricionais** associados – como energia (kcal), carboidratos (CHo dis.), proteínas (Ptn), lipídios (Lip tot.), colesterol, gorduras saturadas, monoinsaturadas, poli-insaturadas, trans, fibras, entre outros.

Os botões ao lado esquerdo permitem **confirmar (✓)** ou **cancelar (✕)** a inserção do alimento. Ao confirmar, os dados nutricionais são incorporados ao total da refeição.

ALMOÇO

Tabela	Alimento	Qtd	Energia	CHo dis.	Ptn	Lip tot.	Coolest.	G. sat.	AG. Mono.	AG. POLII...	G. TRANS
POF 2017-18	ARROZ A GREGA, c/ arroz poli...	40.00	51.348	9.572	0.832	0.908	0.00	0.156	0.192	0.488	0.004
---	carne de s	0g	0kcal	0g	0g	0g	0g	0g	0g	0g	0g
	ARRUMADINHO, Arrumadinho de charque (carne seca, carne de sol, jaba) ARRUMADINHO DE CARNE SECA, Arrumadinho de charque (carne seca, carne de sol, jaba) ATOLADO DE CARNE SECA, Escondidinho, c/ carne seca (carne seca, carne de sol, jaba), c/ sal										

Figura 16: Avaliação - editar ou excluir alimento

Após inserir um alimento na refeição, o profissional pode realizar edições diretamente na linha correspondente: basta **clicar sobre o nome do alimento ou na quantidade** para alterar os dados. Além disso, um botão de lixeira vermelha aparece ao lado da linha, permitindo **excluir o alimento** da lista, caso necessário.

Valores totais da Avaliação

Energia	CHo dis.	Ptn	Lip tot.	Coolest.	G. sat.	AG. Mono.	AG. POLII...	G. TRANS ...	FIBRAS (g)	CÁLCIO (...	FERRO (m...	SÓDIO (m...	MAGNÉSI...	FÓSFORO...	POTÁSSI...	Z
3421	3116	14.16	8.13	32.67	2.16	3.19	2.19	0.12	4.52	42.18	2.38	670.91	43.72	102.57	360.27	

Figura 17: Avaliação - valores totais

A barra cinza suspensa apresentada na parte inferior da tela exibe os **valores totais da avaliação nutricional**, somando automaticamente todos os nutrientes das refeições inseridas. Essa visualização permite ao profissional acompanhar de forma rápida e clara a **soma dos indicadores nutricionais**, como energia, carboidratos, proteínas, lipídios, colesterol, fibras, vitaminas e minerais, considerando todas as refeições registradas.

3. Menu de ações: ao lado de cada refeição cadastrada no sistema, há um menu de ações que permite ao usuário personalizar e reorganizar as refeições conforme necessário.

Esse menu é composto por botões com as seguintes funcionalidades:

- **Salvar:** registra as edições no nome da refeição.
- **Renomear:** permite alterar o nome da refeição, útil para personalizar com base nos hábitos do paciente (ex: "pré-treino").

- **Duplicar:** cria uma cópia exata da refeição atual, incluindo todos os alimentos e quantidades, facilitando a replicação em outros horários.
- **Trazer para cima:** move a refeição uma posição acima na ordem de exibição.
- **Trazer para baixo:** move a refeição uma posição abaixo.
- **Apagar refeição:** exclui a refeição selecionada do plano alimentar.



Figura 18: Avaliação - menu de ações

Gráficos da Área de Avaliação

Esta seção apresenta um **resumo gráfico da composição nutricional de todas as refeições registradas**, exibe um gráfico de rosca que representa a distribuição percentual dos macronutrientes (carboidratos, lipídios, proteínas e álcool) em relação ao total de calorias ingeridas.

- **Gráfico rosca:** ao passar o cursor do mouse sobre cada seção, a porcentagem correspondente ao macronutriente será exibida, o que permite uma visualização rápida da proporção de cada componente na dieta.
- **Retângulos de nutrientes:** os retângulos à direita apresentam os valores em **gramas por quilo de peso corporal (g/Kg)** para carboidratos (CHO), lipídios (LIP), proteínas (PTN), fibras e álcool.
- **Exibição do álcool:** o retângulo de álcool só será exibido se ao menos uma das refeições registradas contiver alimentos que incluam álcool. Caso contrário, o retângulo referente ao álcool não será exibido.

Sumário

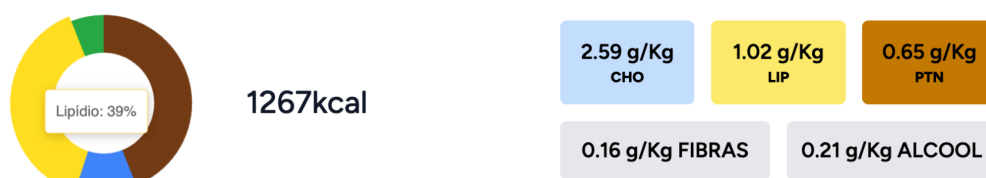


Figura 19: Avaliação - gráficos parte I

A seção abaixo apresenta um resumo detalhado dos micronutrientes consumidos nas refeições, divididos em **Minerais**, **Vitaminas**, **Fração Lipídica** e **Sódio e Açúcar**.

Minerais:

- Exibe a quantidade consumida de cada mineral em **mg** ou **µg**, acompanhado de uma barra referente ao valor total das refeições.

Vitaminas:

- Similar à seção de minerais, as vitaminas são apresentadas com suas respectivas unidades e totais consumidos.

Fração Lipídica:

- Mostra a quantidade consumida de colesterol, gordura monoinsaturada, poliinsaturada e trans em g.
- Um gráfico de rosca à direita ilustra a proporção de cada tipo de gordura, o que permite a visualização rápida das frações lipídicas.

Sódio e Açúcar:

- Apresenta a quantidade total de açúcares totais, açúcares adicionados e sódio de adição em g.



Figura 19: Avaliação - gráficos parte II

Ao clicar no botão **"finalizar avaliação"** (item 6 da figura 12), o sistema abrirá uma nova aba contendo um resumo das informações inseridas na avaliação dietética. Nessa nova aba, o usuário poderá visualizar os dados do paciente, a composição nutricional de cada refeição, os totais consumidos e acessar opções para download dos arquivos em formato **.xls**, **PDF com gráficos** ou as **referências nutricionais AMDR, EAR, AI e UL**.

Além disso, há a opção de iniciar uma nova avaliação ou editar a avaliação atual caso algum ajuste seja necessário. Para editar, basta voltar na aba anterior, onde as informações foram inicialmente inseridas.



avaliação dietética

prescrição dietética

relatório da prescrição

+ refeição

x apagar tudo

✓ finalizar avaliação

 **Avaliação Finalizada**

Você pode prosseguir para a próxima etapa na aba de prescrição, conferir um resumo da avaliação logo abaixo ou voltar para editar a avaliação. Arquivos disponíveis:

 Avaliação (.xls)

 Avaliação com gráficos (.pdf)

 Referências AMDR, EAR, AI, UL

 Nova Avaliação

Dados do paciente

Nome	Idade	Peso	Gênero Biológico	Data Do Consumo
Ana Maria Fernandes	26	53.00	Mulher	08/05/2025

Avaliação dietética

DESJEJUM

Tabela	Alimento	Qtd	Energia	Cho dis.	Ptn	Lip tot.	Colest.	G. sat.	AG. Mono.	AG. POLII...	G. TRANS ...	FIBRAS (g)
Total		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Figura 20: Avaliação – avaliação finalizada

Prescrição

A área de prescrição no CalcNut é destinada à elaboração de planos alimentares personalizados, considerando as necessidades energéticas e nutricionais individuais do paciente. Nessa seção, o usuário pode definir metas calóricas, ajustar a distribuição de macronutrientes e incluir alimentos específicos de acordo com as preferências, restrições ou objetivos nutricionais identificados na avaliação dietética.

A área de prescrição possui as seguintes seções:

1. Dados do paciente: destinada ao **cadastro de dados do paciente** na área de prescrição do sistema CalcNut. Nela, o(a) profissional insere as informações básicas necessárias que poderão ser usadas nos cálculos nutricionais.

DADOS DO PACIENTE



Formulário de dados do paciente com campos para Nome, #ID, Idade, Peso, Sexo, Data de Nascimento e Botão Salvar.

Nome	#ID	Idade	Peso	Sexo	Data de Nascimento	Ações
Joaquim da Silva Barros	SGDF	31	78	☒ Homem ☐ Mulher ☐ Gestante ☐ Nutriz	09/05/2025	 salvar

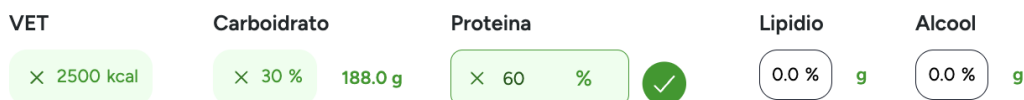
Figura 21: Prescrição - dados do paciente

2. Metas da prescrição: permite ao usuário definir os objetivos calóricos e a distribuição dos macronutrientes (carboidratos, proteínas, lipídios e álcool) no plano alimentar do paciente.

- **VET (Valor Energético Total):** o usuário insere o total calórico em kcal.
- **Carboidrato, Proteína, Lipídio e Álcool:** os macronutrientes podem ser configurados em percentual (%) e, automaticamente, o sistema calcula os valores em gramas (g) com base no VET.

Para que o valor inserido seja registrado e considerado nos cálculos da prescrição, é necessário clicar no ícone de **check verde** ao lado do campo editado. Caso o usuário apenas insira o valor e não clique no check, a informação não será salva e não será considerada nas metas.

METAS DA PRESCRIÇÃO



Formulário de metas da prescrição com campos para VET, Carboidrato, Proteína, Lipídio e Álcool, com ícones de check verde para confirmar as alterações.

VET	Carboidrato	Proteína	Lipídio	Álcool
× 2500 kcal	× 30 % 188.0 g	× 60 % 	0.0 % g	0.0 % g

Figura 22: Prescrição - metas da prescrição

3. Registro das refeições: o usuário pode inserir os alimentos que compõem cada refeição na prescrição nutricional. O sistema vem, por padrão, com cinco refeições pré-cadastradas – desjejum, colação, almoço, lanche da tarde e jantar – mas elas podem ser editadas ou excluídas conforme a necessidade individual do paciente.

O fluxo esperado é que o profissional insira o nome do alimento e a quantidade consumida, e o sistema identificará automaticamente a qual tabela nutricional o alimento pertence. Com essas informações, o sistema calcula e exibe instantaneamente os valores nutricionais correspondentes – como energia (kcal), carboidratos disponíveis, proteínas, lipídios totais, colesterol, gorduras específicas e fibras – além de mostrar os totais por refeição.

Após inserir os alimentos e suas respectivas quantidades, o sistema calcula automaticamente os valores nutricionais e energéticos, que são exibidos nas colunas seguintes:

- **Energia (kcal):** valor calórico total da refeição.
- **Macronutrientes e Micronutrientes:** Carboidratos, proteínas, lipídios, fibras, colesterol, sódio, minerais e vitaminas são exibidos em gramas ou miligramas, conforme aplicável.

Na parte inferior de cada refeição, o sistema apresenta um resumo com a porcentagem em relação às metas estabelecidas para cada macronutriente:

- **Energia:** representado em uma barra roxa.
- **Proteínas:** barra marrom.
- **Carboidratos:** barra azul.
- **Lipídios:** barra amarela.
- **Álcool:** barra cinza

Essas porcentagens ajudam a visualizar rapidamente o quanto a refeição contribui para atingir as metas nutricionais definidas na seção de metas.

DESJEJUM

Tabela

Alimento

Qtd

Energia

CHo dis.

Ptn

Lip tot.

Colest.

G. sat.

AG. Mono.

AG. POLII...

G. TRANS ...

FIBRAS (g)

CÁLCIO (...)

Q buscar por nome

0g

0kcal

0g

0g

0g

0g

0g

0g

0g

0g

0g

0g

0g

Total

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

energia

0.0%

proteínas

0%

carboid.

0%

lipídios

0%

álcool

0%

ALMOÇO

Tabela

Alimento

Qtd

Energia

CHo dis.

Ptn

Lip tot.

Colest.

G. sat.

AG. Mono.

AG. POLII...

G. TRANS ...

FIBRAS (g)

CÁLCIO (...)

Q buscar por nome

0g

0kcal

0g

0g

0g

0g

0g

0g

0g

0g

0g

0g

0g

Total

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

0

energia

0.0%

proteínas

0%

carboid.

0%

lipídios

0%

álcool

0%

Figura 23: Prescrição – refeições

Ao digitar no campo de alimento, o sistema exibe **sugestões automáticas** com base no texto inserido. Após selecionar um item e preencher a quantidade, o sistema calcula automaticamente os **valores nutricionais** associados – como energia (kcal), carboidratos (CHO dis.), proteínas (Ptn), lipídios (Lip tot.), colesterol, gorduras saturadas, monoinsaturadas, poli-insaturadas, trans, fibras, entre outros.

Figura 24: Prescrição – inserir alimento

Assim como na avaliação, os botões ao lado esquerdo permitem **confirmar (✓)** ou **cancelar (✕)** a inserção do alimento. Ao confirmar, os dados nutricionais são incorporados ao total da refeição.

Figura 25: Prescrição – editar ou excluir alimento

Após inserir um alimento na refeição, o profissional pode realizar edições diretamente na linha correspondente: basta **clicar sobre o nome do alimento ou na quantidade** para alterar os dados. Além disso, um botão de lixeira vermelha aparece ao lado da linha, permitindo **excluir o alimento** da lista, caso necessário.

4. Menu de ações: ao lado de cada refeição cadastrada no sistema, há um menu de ações que permite ao usuário personalizar e reorganizar as refeições conforme necessário.

Esse menu é composto por botões com as seguintes funcionalidades:

- **Salvar:** registra as edições no nome da refeição.
- **Renomear:** permite alterar o nome da refeição, útil para personalizar com base nos hábitos do paciente (ex: “pré-treino”).
- **Duplicar:** cria uma cópia exata da refeição atual, incluindo todos os alimentos e quantidades, facilitando a replicação em outros horários.
- **Trazer para cima:** move a refeição uma posição acima na ordem de exibição.
- **Trazer para baixo:** move a refeição uma posição abaixo.
- **Apagar refeição:** exclui a refeição selecionada do plano alimentar.

Figura 26: Prescrição – menu de ações

5. A barra cinza suspensa apresentada na parte inferior da tela exibe os **valores totais da prescrição nutricional**, somando automaticamente todos os nutrientes das refeições inseridas. Essa visualização permite ao profissional acompanhar de forma rápida e clara a **soma dos indicadores nutricionais**, como energia, carboidratos, proteínas, lipídios, colesterol, fibras, vitaminas e minerais, considerando **todas** as refeições registradas.

Valores totais da Avaliação																
Energia	CHo dis.	Ptn	Lip tot.	Colest.	G. sat.	AG. Mono.	AG. POLI...	G. TRANS ...	FIBRAS (g)	CÁLCIO (...)	FERRO (m...	SÓDIO (m...	MAGNÉSI...	FÓSFORO...	POTÁSSI...	Z...
342.1	31.16	14.16	8.13	32.67	2.16	3.19	2.19	0.12	4.52	42.18	2.38	670.91	43.72	102.57	360.27	

Figura 27: Prescrição - valores totais

Ao clicar em "**Finalizar Prescrição**" (item 6 da figura 12), uma nova aba será aberta contendo um resumo consolidado da prescrição dietética. Nessa nova tela, o usuário poderá visualizar todos os alimentos prescritos, as metas nutricionais e os gráficos gerados com base nas informações inseridas. Além disso, nesta aba estarão disponíveis os botões para download dos relatórios em formato Excel e PDF, permitindo que o usuário salve ou imprima os dados da prescrição finalizada.

Login

avaliação dietética

prescrição dietética

relatório da prescrição

+ refeição

× apagar tudo

✓ finalizar prescrição

Prescrição Finalizada

Você pode prosseguir para a próxima etapa na aba de prescrição, conferir um resumo da avaliação logo abaixo ou voltar para editar a avaliação. Arquivos disponíveis:

Prescrição (.xls)

Prescrição com gráficos (.pdf)

Referências AMDR, RDA, AI, UL

Nova Prescrição

Dados do paciente

Nome	Idade	Peso	Gênero Biológico	Data Da Prescrição
Joaquim da Silva Barros	31	78.00	Homem	12/05/2025

Metas do paciente

VET	Carboidrato	Proteína	Lipídio	Álcool
2500.00 kcal	188.0 g	375.0 g	14.0 g	18.0 g

Prescrição

DESJEJUM												
Tabela	Alimento	Qtd	Energia	CHo dis.	Ptn	Lip tot.	Colest.	G. sat.	AG. Mono.	AG. POLI...	G. TRANS (g)	FIBRAS (g)
POF 2017-18	AMERICANO, Sanduiche, amer...	100	206.98	14.45	13.27	10.52	158.01	3.68	2.90	1.74	0.19	0.94
POF 2017-18	BATATA, inglesa, saut, (c/ marg...	100	65.35	12.58	1.28	3.12	0.00	0.97	0.66	1.23	0.01	1.37

Figura 28: Prescrição - prescrição finalizada

Caso o usuário queira editar as informações fornecidas, voltar na aba anterior.

Relatório da prescrição

A aba de **Relatório da Prescrição Nutricional** é uma seção onde o usuário visualiza um resumo consolidado das metas nutricionais definidas durante a prescrição. Esta aba apresenta de forma clara e objetiva os dados inseridos, o que permite ao profissional verificar rapidamente se as metas da refeição estão sendo atingidas ou se ajustes são necessários.

A tela está dividida nas seguintes seções:

- Dados do Paciente:**
 - Exibe informações básicas do paciente, como nome, fase da vida, peso, gênero biológico e data da prescrição.
- Metas de Macronutrientes:**
 - Esta seção apresenta um gráfico de barras que ilustra o percentual atingido para cada macronutriente em relação às metas estabelecidas. As categorias incluídas são:
 - Energia
 - Lipídios
 - Carboidratos
 - Proteínas
 - Álcool
 - As barras mostram os percentuais de consumo em relação ao objetivo, destacando visualmente os itens que estão acima ou abaixo do esperado.
- Macros por Kg de Peso:**
 - Esta seção apresenta a quantidade de macronutrientes por quilograma de peso corporal do paciente. Os valores são exibidos em gramatura por quilograma (g/Kg) para carboidratos (CHO), lipídios (LIP), proteínas (PTN), fibras e álcool.
- Sumário Energético:**
 - Exibe a quantidade total de calorias em relação à meta estabelecida (ex.: 794/2500 kcal).
 - Informa quantas calorias ainda faltam para atingir o objetivo diário, isso ajuda o profissional a planejar os alimentos a serem prescritos nas refeições subsequentes.

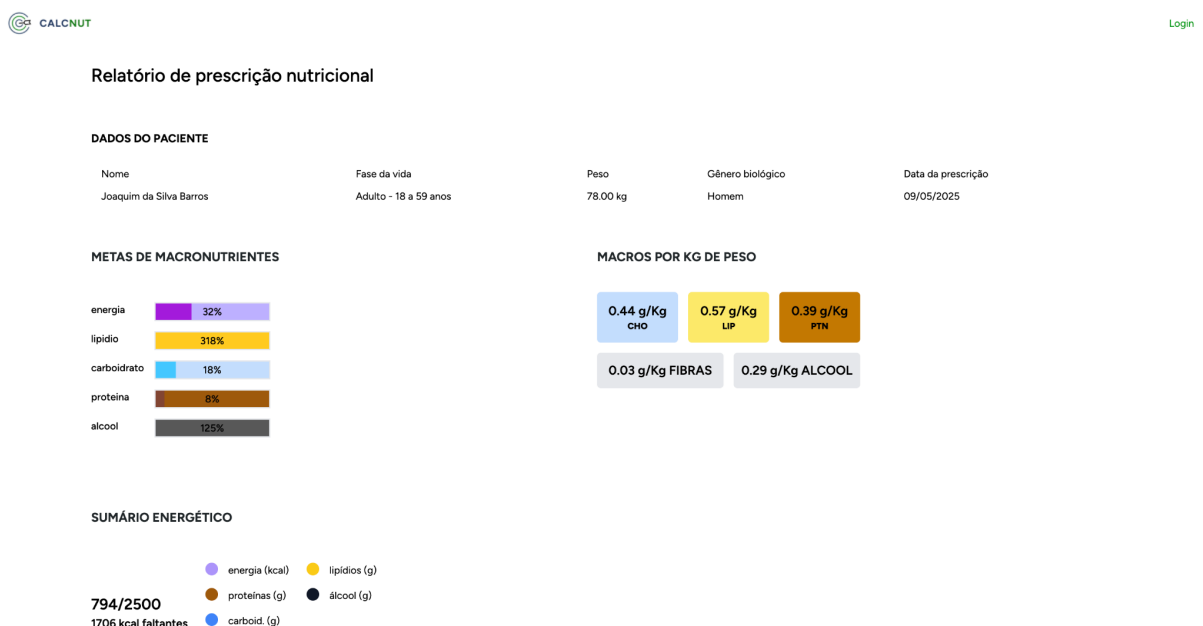


Figura 29: Prescrição - relatório de prescrição nutricional

A segunda parte do relatório de prescrição apresenta uma visualização detalhada das **metas nutricionais** estabelecidas em comparação com os valores inseridos durante a prescrição dietética. Ela está dividida em três categorias principais: Gerais, Minerais e Vitaminas, além de um painel específico para os Lipídios.

1. Gerais: mostra a quantidade consumida (Dieta), o valor recomendado (RDA) e o limite superior (UL), quando aplicável.

2. Minerais: lista os principais minerais e apresenta as seguintes colunas:

- **%:** Percentual em relação ao RDA.
- **RDA:** Recomendação diária para o mineral em questão.
- **Dieta:** Quantidade inserida durante a prescrição.
- **UL:** Limite superior permitido.
- **S (Status):** Indica visualmente se o valor consumido está dentro da faixa recomendada ou se há excessos/deficiências.

3. Vitaminas: estrutura semelhante à dos minerais, apresentando o percentual, RDA, Dieta, UL e Status.

4. Lipídios: nesta seção, são destacados os tipos de gordura consumidos:

- **Colesterol, Gordura Saturada, Monoinsaturada, Poliinsaturada e Trans.**
- Os gráficos em formato de rosca mostram as frações lipídicas em porcentagem, o que permite uma análise rápida da composição dos lipídios.

Esperamos que este manual tenha contribuído para tornar sua experiência mais simples, eficiente e produtiva.

Nosso compromisso é com a melhoria contínua e com o sucesso do seu trabalho.

Continue explorando todos os recursos disponíveis e aproveite ao máximo tudo o que a plataforma tem a oferecer!

Boas práticas e bons resultados!