



NUTRIÇÃO

1. Conhecer as principais qualidades nutritivas dos alimentos mais comuns.
2. Estudar uma doença de sua região causada por deficiências de vitaminas (raquitismo, anemias, etc.), preparando e aplicando uma solução comunitária para o problema.
3. Planejar cuidadosamente o cardápio de um acampamento escoteiro, considerando todos os aspectos e, em especial, sua adequação aos participantes e às atividades que serão desenvolvidas.
4. Conhecer um programa alimentar para a população de baixa renda, verificando seu funcionamento e, se for o caso, fazendo sugestões de melhoria.
5. Explicar quais alimentos são adequados a bebês e crianças e como se pode prepará-los em adequadas condições de higiene.
6. Explicar quais são os procedimentos de purificação da água.
7. Explicar o que entende por desnutrição, como reconhecê-la e que medidas devem ser tomadas para a recuperação de um paciente.
8. Participar de uma campanha de diagnóstico e prevenção da desnutrição em sua comunidade.
9. Explicar os métodos de acondicionamento de frutas e verduras.
10. Fazer um cardápio para uma jornada de fim de semana.
11. Fazer um quadro comparativo dos alimentos com seu respectivo conteúdo energético.
12. Apresentar à Seção uma palestra sobre a importância de uma alimentação balanceada.