

CHECKLIST

NEUROCIÊNCIA E COMPORTAMENTO ALIMENTAR



ITENS PARA VERIFICAÇÃO

Requisito: Tema, contexto e situação-problema.

ITEM

CHECK

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| 1 | O comportamento alimentar escolhido está claramente definido (ex.: comer emocional, desorganização alimentar, consumo de ultraprocessados)? | ☐ |
| 2 | O contexto (pessoal, profissional, coletivo ou organizacional) foi descrito de forma suficiente para situar o leitor? | ☐ |
| 3 | A situação-problema está específica (evitando descrições genéricas como “alimentação ruim”)? | ☐ |
| 4 | O comportamento foi descrito com exemplos concretos (quando, como e em que situações ocorre)? | ☐ |

ITENS PARA VERIFICAÇÃO

Requisito: Justificativa e objetivo geral.

ITEM

CHECK

- | | | |
|---|--|--------------------------|
| 1 | A justificativa explica por que esse comportamento é relevante para a saúde, o bem-estar ou a qualidade de vida? | ☐ |
| 2 | Há conexão entre o problema apresentado e os conteúdos estudados no curso? | ☐ |
| 3 | O objetivo geral está claro, em uma única frase e no infinitivo? | ☐ |
| 4 | O objetivo está coerente com o problema descrito? | ☐ |

ITENS PARA VERIFICAÇÃO

Requisito: Análise do comportamento alimentar.

ITEM

CHECK

1 Foram identificados os principais gatilhos do comportamento (ex.: estresse, cansaço, rotina)?

☐

2 A análise inclui fatores emocionais envolvidos (ex.: ansiedade, necessidade de recompensa)?

☐

3 O ambiente foi considerado (ex.: disponibilidade de alimentos, rotina, estímulos)?

☐

4 Há identificação de padrões (horários, dias da semana, repetição do comportamento)?

☐

ITENS PARA VERIFICAÇÃO

Requisito: Fundamentação teórica.

ITEM

CHECK

1	Foram utilizados pelo menos dois conceitos do curso?	☐
2	Os conceitos ajudam a explicar o comportamento analisado?	☐
3	Há conexão clara entre teoria e prática (não apenas definição de conceitos)?	☐
4	As referências foram citadas corretamente?	☐

ITENS PARA VERIFICAÇÃO

Requisito: Plano de ação.

ITEM

CHECK

1	O plano apresenta metas claras e específicas?	☐
2	As estratégias são práticas e aplicáveis (não genéricas)?	☐
3	Há ações definidas para momentos críticos (ex.: quando surge vontade de comer por emoção)?	☐
4	O plano está coerente com a análise realizada?	☐

ITENS PARA VERIFICAÇÃO

Requisito: Plano de ação.

ITEM

CHECK

5 Foram definidos indicadores para acompanhar o progresso?

☐

6 Há prazos (mesmo que simulados) para as ações?

☐

7 As estratégias propostas são realistas para o contexto apresentado?

☐

ITENS PARA VERIFICAÇÃO

Requisito: Resultados esperados.

ITEM

CHECK

1	Os resultados estão coerentes com o plano de ação?	☐
2	As mudanças esperadas foram descritas de forma clara e realista?	☐
3	Foram incluídos aprendizados obtidos durante o planejamento?	☐

ITENS PARA VERIFICAÇÃO

Requisito: Forma, normas e comunicação.

ITEM

CHECK

- | | | |
|---|--|--------------------------|
| 1 | O trabalho está dentro do limite de páginas (6 a 10)? | ☐ |
| 2 | A formatação segue o modelo (fonte, espaçamento, margens)? | ☐ |
| 3 | O texto está claro, organizado e com linguagem adequada? | ☐ |
| 4 | O trabalho foi revisado quanto a ortografia e gramática? | ☐ |

ITENS PARA VERIFICAÇÃO

Requisito: Postura ética.

ITEM

CHECK

1	O projeto evita qualquer tipo de diagnóstico ou intervenção clínica?	☐
2	Não há prescrição de dietas ou condutas nutricionais específicas?	☐
3	Informações pessoais foram preservadas (sem identificação de terceiros)?	☐
4	O trabalho respeita os limites de atuação profissional?	☐

