

CHECKLIST

NEUROCIÊNCIA E COMPORTAMENTO ALIMENTAR

PÓS **PUCPR** DIGITAL



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)? | <input type="checkbox"/> |
| 2 | O contexto (pessoal, profissional, coletivo ou organizacional) foi descrito de forma suficiente para situar o leitor? | <input type="checkbox"/> |
| 3 | A situação-problema está específica (evitando descrições genéricas como “alimentação ruim”)? | <input type="checkbox"/> |
| 4 | O comportamento foi descrito com exemplos concretos (quando, como e em que situações ocorre)? | <input type="checkbox"/> |

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? | <input type="checkbox"/> |
| 2 | Há conexão entre o problema apresentado e os conteúdos estudados no curso? | <input type="checkbox"/> |
| 3 | O objetivo geral está claro, em uma única frase e no infinitivo? | <input type="checkbox"/> |
| 4 | O objetivo está coerente com o problema descrito? | <input type="checkbox"/> |

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? | <input type="checkbox"/> |
| 2 | Os conceitos ajudam a explicar o comportamento analisado? | <input type="checkbox"/> |
| 3 | Há conexão clara entre teoria e prática (não apenas definição de conceitos)? | <input type="checkbox"/> |
| 4 | As referências foram citadas corretamente? | <input type="checkbox"/> |

ITENS PARA VERIFICAÇÃO

Requisito: Plano de ação.

ITEM

CHECK

- | | | |
|----------|--|--------------------------|
| 1 | O plano apresenta metas claras e específicas? | <input type="checkbox"/> |
| 2 | As estratégias são práticas e aplicáveis (não genéricas)? | <input type="checkbox"/> |
| 3 | Há ações definidas para momentos críticos (ex.: quando surge vontade de comer por emoção)? | <input type="checkbox"/> |
| 4 | O plano está coerente com a análise realizada? | <input type="checkbox"/> |

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? | <input type="checkbox"/> |
| 2 | As mudanças esperadas foram descritas de forma clara e realista? | <input type="checkbox"/> |
| 3 | Foram incluídos aprendizados obtidos durante o planejamento? | <input type="checkbox"/> |

ITENS PARA VERIFICAÇÃO

Requisito: Forma, normas e comunicação.

ITEM

CHECK

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

ITENS PARA VERIFICAÇÃO

Requisito: Postura ética.

ITEM

CHECK

- | | | |
|----------|--|--------------------------|
| 1 | O projeto evita qualquer tipo de diagnóstico ou intervenção clínica? | <input type="checkbox"/> |
| 2 | Não há prescrição de dietas ou condutas nutricionais específicas? | <input type="checkbox"/> |
| 3 | Informações pessoais foram preservadas (sem identificação de terceiros)? | <input type="checkbox"/> |
| 4 | O trabalho respeita os limites de atuação profissional? | <input type="checkbox"/> |

PÓS **PUCPR** DIGITAL



PUCPR
GRUPO MARISTA

