



Programa do Curso

Designação do Curso		
Regimes Alimentares Terapêuticos		
Finalidades do Curso		
Fundamentos, bases e aplicações de dietas terapêuticas para regime clínico.		
Apresentação do Curso		
<p>O curso tem por base conceitos e abordagens clínicas na área da nutrição.</p> <p>Tem como intuito capacitar e dar competências de conhecimento na elaboração de um regime alimentar terapêutico mediante uma determinada patologia assim como adquirir conhecimento dos vários tipos de dietas existentes.</p>		
Objetivos Gerais		
<p>No final do curso, o formando deverá ser capaz de:</p> <ul style="list-style-type: none">• Elaborar uma recomendação nutricional corretamente mediante a situação clínica;• Identificar, citar e comparar os vários tipos de regimes alimentares terapêuticos;• Desenvolver raciocínio crítico usando a evidencia referente às técnicas nutricionais apreendidas;• Distinguir e aplicar corretamente os princípios nutricionais adequados a uma patologia no âmbito da prática clínica.		
Objetivos Específicos		
<p>No final do curso, o formando deverá ser capaz de:</p> <p>Distinguir, explicar e aplicar corretamente os princípios nutricionais inerentes a uma patologia segundo a boa prática clínica.</p>		
Área de Formação		
(a preencher pela Secretaria)		
Conteúdo Programático		Duração
Apresentação e Conceitos básicos de dieta		1.15mim
Grupos alimentares -Macronutrientes		30mim
Grupos alimentares -Micronutrientes		1h
Roda dos alimentos		50 mim
Tipos de dieta		50 mim
Dietas hospitalares		2h
Dietas da Moda		1h 10 mim
Dietas Ambulatório (clínica)		1h
Dieta Mediterrânica		1h 20 mim



Programa do Curso

Dieta vegetariana, Pegan e Macrobiótica – 1ª parte	1h 15 mim
Dieta vegetariana, Pegan e Macrobiótica – 2ª parte	45 mim
Nutrigénetica e Nutrigenómica	1h 45 mim
Dieta Fodmaps	1h 30
Dieta Fodmaps e SIBO	1h
Dieta Paleolítica	1h 10 mim
Dieta Cetogénica	1h 50h
Dieta Alcalina e Anti-inflamatória	2h
Dieta Atkins, Dukan e South Beach	1h.30 mim
Dieta Hipercalórica - Aumento de peso	1h.05
Dieta para Grávidas	1h 30
Dieta Hipoglicídica - Diabetes	1h 20 mim
Dieta Hipolipídica - Dislipidémias	50 mim
Dieta Dash - Hipertensão	1h.05
Dieta isenta de glúten e lactose	1h 30
Dieta Oncológica	1h 15 mim
Dieta no Desporto	1h 10 mim
Total	horas 32

Destinatários

Número mínimo de formandos:

Número máximo de formandos:

Métodos Pedagógicos

Expositivo/Exposição
Interrogativo/ inquérito
Ativo
Demonstrativo

Data(s) e horário de realização do Curso

Sábado e domingo das 10h às 13h e das 14h às 18h.

Textos de Apoio / Referências bibliográficas



Programa do Curso

Krause - Alimentos, Nutrição e Dietoterapia

(14a Edição) de Janice L. Raymond e L. Kathleen Mahan EAN 9788535286632 editor: ELSEVIER Ano: 2021

Princípios De Nutrição Humana

de Martin Eastwood

EAN 9789727718795 editor: Edições Piaget Ano: 2003

Manual De Prática Dietética de Briony Thomas Com A Colaboração De The British Dietetic Association

EAN 9789727717354 editor: Edições Piaget

Princípios de Alimentação e Nutrição Humana

de Maria Manuela Silvestre e Fernando Lidon

EAN 9789725922705 editor: Escolar Editora Ano: 2010

Recursos Didáticos

Computador com acesso a internet
Plataforma zoom; Email e PDFs

Critérios e instrumentos de avaliação

Idioma

Português tendo em conta os seguintes elementos de avaliação:

Formadores

Sofia Oliveira – CCP - certificado n.o F745580/2023

Investimento



Programa do Curso

Valor do Curso:

Coordenador de curso

Pequena biografia do(s) Formador(es)

Sofia Oliveira – Nutricionista Funcional 2300N

Nutricionista licenciada em Nutrição e Dietoterapia, com cédula profissional 2300N.

Pós-graduada em Nutrição Desportiva pela ULHT. Especialista em Nutrição Funcional pela FSA, dieta Low-FODMAPs pela Monash University, Nutrição anti-inflamatória pela ESI, Nutrigenética e Nutrigenómica clínica pela IFAF e Nutrição Funcional pela FSA. Com formação na área de Homotoxicologia, Ortomolecular, Florais de Bach, Microscopia de Campo Escuro, terapia microbiológica e bioregulação, adquirida ao longo da atividade profissional como delegada de informação médica. Prática clínica desde 2013 e autora do site Nutrição Integrativa, desde 2014.

Gestora de Formação: Deolinda Fernandes

Coordenador Pedagógico: José Faro



www.esmtc.pt

Palacete da Estefânia
Rua D. Estefânia
1000 – 154 Lisboa

Telf: 21 21 347 56 05
esmtc@esmtc.pt