

---

# 1º Curso de Nutrição Clínica para Cuidados de Saúde Primários

---

*Duração Total do Curso:* **40 horas**

*Sessões:* 30 horas com avaliação final

*Estudo:* 10 horas (leituras complementares e preparação para a avaliação final)

## 1. Introdução ao Curso e Conceitos de Nutrição & Avaliação Nutricional

- **22 de outubro**, duração: 1 hora e 30 minutos

Objetivos: conceitos básicos de nutrição e métodos de avaliação nutricional.

Orador: Catarina Metelo Coimbra (Médica de Família)

## 2. Malnutrição e Disfagia

- **29 de outubro**, duração: 2 horas

Objetivos: identificação e gestão da malnutrição. Abordagem com foco na disfagia.

Oradores: Paulo Lopes (Médico de Família), Adelaide Dias (Terapeuta da Fala), Filipa Daniela Ribeiro (Nutricionista)

## 3. Prescrição de Atividade Física e Nutrição

- **5 de novembro**, duração: 2 horas

Objetivos: relacionar atividade física com necessidades nutricionais para diferentes faixas etárias e necessidades.

Oradores: Andreia Lobo (Médica de Família), Catarina Augusto (Nutricionista)

## 4. Nutrição Desportiva

- **12 de novembro**, duração: 2 horas

Objetivos: conceitos de necessidades nutricionais no desporto e suplementação.

Oradores: João Nuno Rossa (Médico de Família), Tiago Almendra (Médico de Família), Joana Cruz (Nutricionista)

## 5. Nutrição na Gravidez

- **19 de novembro**, duração: 2 horas

Objetivos: recomendações alimentares, patologias endócrinas mais comuns e evolução ponderal na gravidez.

Oradores: Joana Menezes Nunes (Endocrinologista), Maria João Fernandes (Nutricionista)

## 6. Obesidade Infantil

- **3 de dezembro**, duração: 2 horas

Objetivos: causas, consequências e abordagens de tratamento da obesidade infantil. Patologias subjacentes a explorar.

Oradores: Lígia Peralta (Pediatra), Sara Ferreira (Nutricionista)

## 7. Obesidade: Planos Alimentares e Evidência

- **10 de dezembro**, duração: 2 horas

Objetivos: planos alimentares baseados em evidência para o tratamento da obesidade. Entrevista motivacional.

Oradores: Tiago Pina (Nutricionista), Ana Aires Martins (Psicóloga Clínica)

## 8. Nutrição e Patologia Gastrointestinal e Hepática

- **17 de dezembro**, duração: 2 horas

Objetivos: papel da nutrição na gestão de doenças gastrointestinais e do fígado.

Orador: Fábio Cardoso (Nutricionista)

## 9. Nutrição em Pediatria (Foco no 1º ano de vida)

- **7 de janeiro**, duração: 2 horas

Objetivos: importância da nutrição no primeiro ano de vida e recomendações atuais sobre diversificação alimentar.

Orador: Ana Isabel Rodrigues Silva (Pediatra)

## 10. Nutrição em Cuidados Paliativos

- **14 de janeiro**, duração: 1 hora e 30 minutos

Objetivos: Nutrição em fase terminal de vida.

Orador: Rute Sá Azevedo (Nutricionista)

## 11. Nutrição e Patologia Renal

- **16 de janeiro**, duração: 1 hora

Objetivos: papel da nutrição na gestão da doença renal crónica e diálise.

Orador: Ana Rita Calha (Nutricionista)

## 12. Alergias Alimentares

- **21 de janeiro**, duração: 2 horas

Objetivos: identificar e gerir alergias alimentares na prática clínica.

Oradores: *a confirmar*

## 13. Nutrição no Idoso e Casos Complexos

- **28 de janeiro**, duração: 2 horas

Objetivos: estratégias para a gestão do doente idoso e com comorbilidades.

Oradores: Catarina Lucas (Medicina Interna), Cátia Borges (Nutricionista)

## 14. Nutrição no Tratamento de Feridas

- **4 de fevereiro**, duração: 1 hora e 30 minutos

Objetivos: abordar a importância da nutrição na cicatrização de feridas.

Recomendações e cuidados a ter.

Oradores: Susana Jorge (Enfermeira de Família), Ema Monteiro (Nutricionista)

## 15. Obesidade: tratamento farmacológico

- **11 de fevereiro**, duração: 1 hora e 30 minutos

Objetivos: opções de tratamento farmacológico para a obesidade.

Orador: Marta Borges Canha (Endocrinologista)

## 16. Veganismo/ Vegetarianismo

- **18 de fevereiro**, duração: 2 horas

Objetivos: desafios e considerações nutricionais para dietas veganas e vegetarianas.

Orador: Sandra Gomes Silva (Nutricionista)

## Avaliação Final

- **Em data a definir**, posterior ao término do curso, duração: 1 hora