
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: 1h30

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

2. Malnutrição e Disfagia

- **29 de outubro**, duração: 2 horas

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

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.

4. Nutrição Desportiva

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

Objetivos: conceitos de necessidades nutricionais no desporto e suplementação.

5. Nutrição na gravidez

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

Objetivos: recomendações alimentares e evolução ponderal na gravidez.

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

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

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

7. Obesidade Infantil

- **3 de dezembro**, duração: 2 horas

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

8. Obesidade: Planos Alimentares e Evidência

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

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

9. Obesidade: tratamento farmacológico

- **17 de dezembro**, duração: 1h30

Objetivos: opções de tratamento farmacológico para a obesidade.

10. Nutrição e Patologia Gastrointestinal e Hepática

- **3 de janeiro**, duração: 2 horas

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

11. Nutrição e Patologia Renal

- **10 de janeiro**, duração: 1 hora

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

12. Alergias Alimentares

- **17 de janeiro**, duração: 2 horas

Objetivos: identificar e gerir alergias alimentares na prática clínica.

13. Nutrição no Idoso e Casos Complexos

- **24 de janeiro**, duração: 2 horas

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

14. Nutrição no Tratamento de Feridas

- **4 de fevereiro**, duração: 1h30

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

Recomendações e cuidados a ter.

15. Nutrição em Cuidados Paliativos

- **11 de fevereiro**, duração: 1h30

Objetivos: Nutrição em fase terminal de vida.

16. Veganismo/ Vegetarianismo

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

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

Avaliação Final

- Duração: 1 hora.