



CURSO PÓS-GRADUADO

# CULINARY MEDICINE:

DA FISIOPATOLOGIA À TERAPÊUTICA NUTRICIONAL NAS DOENÇAS CRÓNICAS

**CURSO HANDS-ON**

*POSTGRADUATE COURSE CULINARY MEDICINE: FROM PATHOPHYSIOLOGY TO NUTRITIONAL THERAPY IN CHRONIC DISEASES: HANDS-ON COURSE*

## **CANDIDATURAS | APPLICATIONS**

Até 18 de março de 2022

## **DATAS | DATES**

02 de abril a 15 de outubro de 2022

## **FORMATO | FORMAT**

Presencial

## **ECTS**

10

## **COORDENAÇÃO | COORDINATION**

Professora Doutora Conceição Calhau  
Professora Catedrática da NMS da Universidade NOVA de Lisboa

Prof. Doutor Pedro Carreiro Martins  
Professor Auxiliar com Agregação da NMS da Universidade NOVA de Lisboa

## **CONTACTOS | CONTACTS**

+351 218 803 066

posgraduacao@nms.unl.pt

[www.nms.unl.pt](http://www.nms.unl.pt)

**NOVA** MEDICAL SCHOOL

APOIO CIENTÍFICO  
SCIENTIFIC SUPPORT



PATROCÍNIOS (em desenvolvimento) | SPONSORS (under development)

smeg

bimby

makro

# CULINARY MEDICINE

## CURSO HANDS-ON | HANDS-ON COURSE

### SOBRE | ABOUT

Na década de 70 do século passado assistimos ao início da mudança de paradigma: o impacto das doenças infecciosas foi substituído pelo impacto das doenças crónicas.

Portugal é um dos países com menor número de anos de vida saudável depois dos 65, apesar de apresentar uma esperança média de vida à nascença superior à média dos restantes países da OCDE. As doenças crónicas não transmissíveis, como a obesidade, diabetes *Mellitus* tipo 2 e doenças cardiovasculares, contribuem atualmente para 73% da mortalidade em todo o mundo. Dados da OCDE sugerem que, entre 2020 e 2050, o excesso de peso e as doenças crónicas não transmissíveis associadas, irão reduzir a esperança de vida dos portugueses, em média, 2,2 anos. Estes fatores, com impacto tão marcado na qualidade de vida, na produtividade e rendimento dos indivíduos, representam a nível mundial um custo nos orçamentos nacionais de cerca de 1,8 mil milhões de euros.

Sabe-se que o desenvolvimento e crescente aumento destas doenças está associado a estilos de vida desadequados, importando referir que cerca de 80% das doenças crónicas não transmissíveis podem ser prevenidas pela adoção de uma alimentação saudável, aumento da prática de atividade física, melhoria da qualidade do sono e gestão de stresse.

O conhecimento sobre a influência da nutrição e alimentação na prevenção, gestão e tratamento deste tipo de doenças é fundamental na formação do médico. Mais ainda, é relevante que os médicos sejam capacitados para a transmissão deste conhecimento em recomendações simples e adequadas ao seu contexto clínico.

O curso *Culinary Medicine* pretende oferecer uma abordagem pedagógica baseada na evidência, que combina conhecimentos de fisiopatologia, bioquímica e metabolismo com a nutrição e alimentação humanas, concretizando-se em aprendizagens *hands-on* de como realizar recomendações nutricionais e alimentares concretas e adequadas a diferentes doenças crónicas. Este curso constitui uma ferramenta chave face aos desafios impostos pela sociedade e que visa acompanhar a evolução da medicina, tendo em vista o conceito da medicina dos 4P's (preditiva, preventiva, personalizada e participativa).

*In the 70s of the last century, we saw the beginning of a paradigm shift: the impact of infectious diseases was replaced by the impact of chronic diseases.*

*Portugal is one of the countries with the fewest years of healthy life after 65, despite having an average life expectancy at birth higher than the average of other OECD countries. Chronic non-communicable diseases, such as obesity, type 2 diabetes mellitus and cardiovascular disease, currently contribute to 73% of mortality worldwide. OECD data suggest that, between 2020 and 2050, overweight and associated non-communicable chronic diseases will reduce the life expectancy of the Portuguese by an average of 2.2 years. These factors, with such a marked impact on the quality of life, productivity and income of individuals, represent a worldwide cost in national budgets of around 1.8 billion euros.*

*It is known that the development and growing increase of these diseases is associated with inappropriate lifestyles, and it is important to mention that about 80% of non-communicable chronic diseases can be prevented by adopting a healthy diet, increasing physical activity, improving health, sleep quality and stress management.*

*Knowledge about the influence of nutrition and food on the prevention, management and treatment of this type of disease is essential for the training of physicians. Furthermore, it is important that physicians are trained to transmit this knowledge in simple and appropriate recommendations for their clinical context.*

*The Culinary Medicine course aims to offer an evidence-based pedagogical approach that combines knowledge of pathophysiology, biochemistry and metabolism with human nutrition and nutrition, embodying hands-on learning on how to make concrete and appropriate nutritional and dietary recommendations for different diseases chronic. This course is a key tool in the face of the challenges imposed by society, and which aims to follow the evolution of medicine, considering the concept of 4P's medicine (predictive, preventive, personalized and participatory).*

# CULINARY MEDICINE

DE ABRIL A OUTUBRO | APRIL - OCTOBER

## OBJETIVOS | OBJECTIVES

- Reconhecer a fisiopatologia inerente às diferentes doenças crônicas;
  - Compreender a relação da nutrição com o metabolismo e com a fisiopatologia;
  - Compreender o papel da nutrição e alimentação na prevenção, gestão e tratamento da doença;
  - Conhecer e aplicar as recomendações nutricionais e alimentares específicas de cada patologia;
  - Compreender as alterações ocorridas durante os processos culinários e aplicá-los no contexto de uma patologia específica, preservando o valor nutricional dos alimentos;
  - Capacitar os estudantes no planeamento e execução de preparações culinárias, tendo em conta as alterações sofridas pelos alimentos e as características organolépticas do produto final;
  - Conhecer as principais limitações e barreiras para a adoção de hábitos alimentares saudáveis;
  - Capacitar o doente para a adoção de hábitos alimentares saudáveis.
- *Recognize the pathophysiology inherent to different chronic diseases;*
  - *Understand the relationship of nutrition with metabolism and pathophysiology;*
  - *Understand the role of food & nutrition in disease prevention, management and treatment;*
  - *Know and apply the nutritional and dietary recommendations specific to each pathology;*
  - *Understand the changes that occur during culinary processes and apply them in the context of a specific pathology, preserving the nutritional value of foods;*
  - *Enable students in the planning and execution of culinary preparations taking into account the changes suffered by the food and the organoleptic characteristics of the final product;*
  - *Know the main limitations and barriers to adopting healthy eating habits;*
  - *Enable the patient to adopt healthy eating habits.*



# CULINARY MEDICINE

172 HORAS | 172 HOURS

## PROGRAMA | SYLLABUS

### Módulo I – 3 ECTS

- Gravidez
- Criança e adolescente
- Geriatria
- Atividade física e Desporto
- Asma
- Mitos, dietas da moda, suplementos e controvérsias

### Módulo II – 2 ECTS

- ABCD – Doença Crónica Baseada na Adiposidade
- Tratamento Cirúrgico da Obesidade
- Diabetes *Mellitus*
- Doença Cardiovascular

### Módulo III – 2 ECTS

- Doença Celíaca
- Doenças Gastrointestinais
- Alergia e intolerância alimentar

### Módulo IV – 2 ECTS

- Revisitar a Doença Renal
- Nutrição e Oncologia
- Nutrição Entérica e Parentérica
- Nutrição e HIV

### Módulo V – 1 ECTS

- O papel da alimentação na Depressão Major
- Mecanismos neurobiológicos de controlo do apetite
- Dieta, neuroproteção e neurocognição
- Medicina Culinária em Cuidados de Saúde Primários

### Module I - 3 ECTS

- *Pregnancy*
- *Child and teenager*
- *Geriatrics*
- *Physical activity and sport*
- *Asthma*
- *Myths, fad diets, supplements and controversies*

### Module II - 2 ECTS

- *ABCD - Adiposity-Based Chronic Disease*
- *Surgical Treatment of Obesity*
- *Diabetes Mellitus*
- *Cardiovascular Disease*

### Module III - 2 ECTS

- *Celiac disease*
- *Gastrointestinal Diseases*
- *Allergy and food intolerance*

### Module IV - 2 ECTS

- *Revisiting Kidney Disease*
- *Nutrition and Oncology*
- *Enteric and Parenteral Nutrition*
- *Nutrition and HIV*

### Module V - 1 ECTS

- *The Role of Food in Major Depression*
- *Neurobiological mechanisms of appetite control*
- *Diet, neuroprotection and neurocognition*
- *Culinary Medicine in Primary Health Care*

# CULINARY MEDICINE

## 5 MÓDULOS | 5 MODULES

### ■ DURAÇÃO | *DURATION*

N.º Horas de Contacto | *Contact hours:*  
172h horas | *172 hours*

### ■ HORÁRIO | *SCHEDULE*

Entre as 09h00 e as 18h00, aos sábados, havendo alguns dias com uma carga horária menor.

*Between 9:00 am and 6:00 pm, on Saturdays, there are some days with a lower workload.*

### ■ DATAS DE REALIZAÇÃO | *COURSE DATES*

De 02.04.2022 a 15.10.2022

*From 02.04.2022 15.10.2022*

### ■ LOCAL DE REALIZAÇÃO | *VENUE*

Instalações da NOVA Medical School

*NOVA Medical School Facilities*

### ■ NUMERUS CLAUSUS

25 inscritos no total do curso + 10 vagas por módulo  
*25 people enrolled in the course + 10 places per module*

### ■ FORMATO | *FORMAT*

Presencial | *presential*

### ■ LÍNGUA DE ENSINO | *TEACHING LANGUAGE*

Português (com exceção de uma aula que será ministrada em Inglês).

*Portuguese (with the exception of one class that will be taught in English).*

### ■ CUSTOS ASSOCIADOS | *TUITION FEES*

Candidatura | *Application fee:* 51€

Inscrição | *Registration fee:* 35€

Seguro Escolar | *Student insurance:* 14€

Frequência do Curso na Íntegra | *Course fee:* 1300€

Valor por módulo | *Fee per module:*

- Módulo I | *Module I* – 450 €
- Módulo II | *Module II* – 450 €
- Módulo III | *Module III* – 150 €
- Módulo IV | *Module IV* – 300 €
- Módulo V | *Module V* – 200 €

Valor por sessão | *Fee per session:* 100 €

### ■ DESTINATÁRIOS DO CURSO | *AUDIENCE*

Médicos e Enfermeiros.

*Medical Doctors and Nurses.*



# CULINARY MEDICINE

10 ECTS

## CRITÉRIOS DE SELEÇÃO | ADMISSION CRITERIA

A seleção dos candidatos será feita por avaliação curricular (efetuada pela Coordenação do curso) e ordem de inscrição. Aquando da candidatura, os interessados deverão disponibilizar o certificado de habilitações ou cédula profissional.

*The selection of candidates will be made according to the order of registration, and subject to curriculum evaluation. The curriculum evaluation will be carried out by the course Coordination. When applying, interested parties must provide a certificate of qualifications or professional certificate.*

## REGIME DE FALTAS | COURSE ATTENDANCE REQUIREMENTS

Os inscritos terão de estar presentes durante toda a duração do curso, sendo a sua presença monitorizada. O limite de faltas é de 20% das horas totais de formação. Para quem frequentar apenas um módulo, a frequência terá que ser equivalente a 100% (todas as sessões).

*Enrollees will have to be present for the entire duration of the course, and their presence will be monitored. The absence limit is 20% of the total training hours. For those who attend only one module, the frequency will have to be equivalent to 100% (all sessions).*

## REGIME DE AVALIAÇÃO | ASSESSMENT METHODS

Como forma de avaliar a aquisição de conhecimentos por parte dos formandos, estes serão sujeitos a uma avaliação, no final de cada módulo, que consistirá num teste de escolha múltipla, a realizar-se na Plataforma Moodle. A classificação final no curso será feita da seguinte forma:

- Módulo I: 30% da avaliação;
- Módulo II: 20% da avaliação;
- Módulo III: 20% da avaliação;
- Módulo IV: 20% da avaliação;
- Módulo V: 10% da avaliação.

Aos alunos que pretendam frequentar os módulos isoladamente e que se submetam aos critérios de avaliação definidos, será emitido um Diploma com os ECTS correspondentes. Caso contrário, será emitido um certificado de presença no módulo.

Os alunos que pretendam frequentar as sessões isoladamente, não estão sujeitos aos critérios de avaliação definidos para cada módulo, sendo emitido um certificado de presença na sessão.

*To assess the acquisition of knowledge by the trainees, they will be subject to an assessment at the end of each module, which will consist of a multiple-choice test, to be held on the Moodle Platform.*



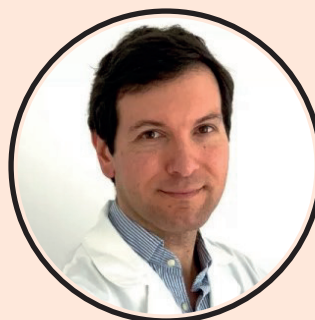
# CULINARY MEDICINE

## DA FISIOPATOLOGIA À TERAPÊUTICA NUTRICIONAL NAS DOENÇAS CRÓNICAS: CURSO *HANDS-ON*

### COORDENAÇÃO | COORDINATION



Conceição Calhau



Pedro Martins

### CORPO DOCENTE | TEACHING STAFF

- Albino Oliveira Maia
- Ana Rodrigues
- Catarina Durão
- Conceição Calhau
- Diana Teixeira
- Fátima Serrano
- Filomena Gomes
- Francisca Castro Mendes
- Helder Dores
- Helder Pinheiro
- Helena Luna Pais
- Inês Barreiros Mota
- José Oliveira
- José Silva Nunes
- José Themudo Barata
- Júlio César Rocha
- Kattya Mayre-Chilton
- Leonor Manaças
- Luís Pereira da Silva
- Manuel Almeida
- Manuela Cardoso
- Margarida Oliveira
- Mário Jorge Silva
- Marta Fonseca
- Marta Silvestre
- Miguel Vasques
- Mónica Sousa
- Nuno Carvalho
- Nuno Neuparth
- Patrícia Branco
- Pedro Carreiro Martins
- Vitor Martins

# CULINARY MEDICINE

NOVA Medical School  
Campo Mártires da Pátria, 130  
1169-056 Lisboa  
PORTUGAL

+351 218 803 066

[posgraduacao@nms.unl.pt](mailto:posgraduacao@nms.unl.pt)

[www.nms.unl.pt](http://www.nms.unl.pt)