

CICLO DE WORKSHOPS

# INTERVENÇÃO NUTRICIONAL E ALIMENTAR NAS DOENÇAS HEREDITÁRIAS DO METABOLISMO PROTEICO

HANDS-ON | ÚLTIMA SESSÃO



HOST:  
Chef Fábio Bernardino



COORDENAÇÃO:  
Júlio César Rocha,  
Professor Auxiliar da NMS



Kitchen Lab  
da NOVA Medical School, Lisboa



**22 junho**  
**14h00 – 18h00**

As Doenças Hereditárias do Metabolismo proteico apresentam-se como um desafio, tanto para os doentes como para as suas famílias. Um dos maiores desafios está justamente na preparação das refeições, pois estas devem respeitar os princípios da intervenção nutricional.

Capacitar os indivíduos com Doenças Hereditárias do Metabolismo proteico e os seus familiares para a autonomia na preparação e confeção de diferentes refeições saudáveis e adaptadas à patologia e respetivas fases de desenvolvimento é a missão desta ação, onde a NOVA Medical School, aliada à APOFEN e ao Centro Hospitalar Universitário Lisboa Central, abre-se à Comunidade, focada na sua missão de mais e melhor saúde para todos, com reflexos na qualidade de vida da população, atuando nas diferentes áreas e patologias.

Estamos abertos a profissionais (médicos, enfermeiros, nutricionistas) que lidam com estes doentes e com as suas famílias no dia-a-dia e estejam interessados nesta troca de experiências e de conhecimentos.

As sessões decorrem no Kitchen Lab da NOVA Medical School, onde os participantes, numa metodologia *hands-on* farão as confeções propostas pelo Chef.

18 NOV 2023	SOPAS E ENTRADAS
06 JAN 2024	PÃO, PAPAS E AÇORDA
09 MAR 2024	MASSAS E FARINHA DE PAU
04 MAI 2024	LANCHES E MERENDAS
22 JUN 2024	SOBREMESAS

## TESTEMUNHOS

*“O ciclo de workshops hands-on foi muito benéfico para mim. Além de ser presidente da APOFEN, tenho também fenilcetonúria e por vezes o tempo é escasso para cozinhar e sobretudo para ter ideias de pratos diferentes para os 5 dias da semana (ainda mais ao fim-de-semana). Estes workshops foram bons, no sentido em que aprendi alguns truques de conservação de alimentos e também pratos diferentes mas, acima de tudo, práticos. Acho que a "praticidade" foi a palavra de ordem e isso é muito importante num dia-a-dia bastante cheio. É possível fazer coisas muito boas com o que temos lá em casa, de fácil acesso.”*

ELISABETE ALMEIDA, APOFEN

*“As sessões do Ciclo de workshops fizeram com que eu aprendesse, ganhasse competências para fazer mais e melhor pela qualidade de vida do meu filho, o que passa em grande parte pela sua alimentação, sem dúvida.”*

MARCO SANTOS, PAI DE CRIANÇA DE 5 ANOS COM PKU

## A QUEM SE DIRIGE

Doentes ou familiares de doentes com Doença Hereditária do Metabolismo Proteico.

## INFORMAÇÕES

As inscrições são efetuadas por Sessão e totalmente gratuitas.

O evento será transmitido em streaming permitindo alargar o público-alvo. A participação numa das sessões do Ciclo de Workshops não representa qualquer custo para os utentes. Todos os custos serão suportados pelos parceiros.

CONTACTO PARA INSCRIÇÃO E ESCLARECIMENTO DE DÚVIDAS  
Dra. Mariana Nóbrega | mariana.nobrega@nms.unl.pt | 218 803 053