



1ª EDIÇÃO

CURSO PÓS-GRADUADO

CULINARY MEDICINE:

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

COORDENAÇÃO

Professora Doutora Conceição Calhau
Professora Catedrática da NOVA Medical School
da Universidade NOVA de Lisboa

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

Professor Doutor Nuno Neuparth
Professor Catedrático da NOVA Medical School
da Universidade NOVA de Lisboa

CONTACTOS

+351 218 803 066

posgraduacao@nms.unl.pt

www.nms.unl.pt

NOVA MEDICAL
SCHOOL

APOIO CIENTÍFICO
SCIENTIFIC SUPPORT



CULINARY MEDICINE

CURSO HANDS-ON

A Nutrição é uma parte vital da Medicina dos estilos de vida, que não só previne doenças, mas é parte integrante do tratamento, gestão de muitas doenças crônicas. A maioria dos médicos enfrenta o desafio de apoiar os seus doentes na jornada para se tornarem os condutores do seu próprio regime.

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.

Através de uma aprendizagem *hands-on* baseada em casos práticos e realizada no **Kitchen Lab** da NMS, os participantes são capacitados para realizar recomendações nutricionais e alimentares concretas e adequadas a diferentes doenças crônicas, uma estratégia comprovada para melhorar a nutrição, com o uso de ferramentas e técnicas baseadas em evidência para fornecer educação individualizada.

Este curso prepara os seus participantes para saírem do hipotético, e terem uma abordagem centrada na pessoa e nas suas necessidades: "O que posso comer para melhorar a minha saúde? E a minha doença?".

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.



O trabalho diário dos profissionais de saúde envolve cada vez mais cuidar de pessoas com doenças que são causadas ou exacerbadas pelos hábitos de vida que praticam. No entanto, a formação profissional não nos prepara suficientemente para alavancar a nossa posição de confiança para apoiar os doentes a iniciar comportamentos promotores da saúde baseados na última evidência.

Ao mesmo tempo, vemos estruturas de pagamento evoluírem rapidamente para recompensar os médicos com base nos comportamentos de saúde e nos resultados de saúde dos seus doentes. Esses fatores dão origem a uma demanda por práticas de medicina de estilo de vida baseada em evidência que demonstram melhorar a qualidade de vida, através da promoção da saúde e prevenção, tratamento e até mesmo reversão de doenças crônicas.

No Programa Culinary Medicine somos precisos e específicos, apoiando-nos num ensino de ponta que aproveita o nosso Kitchen Lab e uma metodologia "learning by doing". Assim a nossa proposta é simples, responder à necessidade de atualização e de aquisição de novas competências nas áreas da fisiopatologia e da nutrição por profissionais de saúde, através de um curso com uma equipa docente interdisciplinar e de referência.



Conceição Calhau
Coordenadora Científica
do Curso Culinary Medicine

CULINARY MEDICINE

172 HORAS | 10 ECTS

O QUE ESPERAR

PARA SI

- Compreensão da relação da nutrição com o metabolismo e a fisiopatologia;
- Compreensão das alterações ocorridas durante os processos culinários e sua aplicação no contexto de uma patologia específica, preservando o valor nutricional dos alimentos;
- Aquisição de competências de planeamento e execução de preparações culinárias, tendo em conta as alterações sofridas pelos alimentos e as características organoléticas do produto final;
- Entendimento das principais limitações e barreiras para a adoção de hábitos alimentares saudáveis;
- Motivação para a capacitação da pessoa com doença para a adoção de hábitos alimentares saudáveis.

PARA A SUA PRÁTICA CLÍNICA

- Adaptação e aplicação de recomendações específicas de cada patologia;
- Apoio na tomada de decisão de preparações culinárias adequadas ao indivíduo e suas necessidades específicas;
- Maior empatia nas principais limitações e barreiras para a adoção de hábitos alimentares saudáveis;
- Apoio claro e específico para a adoção de hábitos alimentares saudáveis.

PERFIL DOS PARTICIPANTES

- Médicos responsáveis pelo acompanhamento de pessoas com doenças crónicas.



CULINARY MEDICINE

172 HORAS | 10 ECTS

PROGRAMA

O programa encontra-se dividido em sessões Teóricas e Práticas, promovidas pela equipa docente interdisciplinar da NOVA Medical School (NMS) e focado na aprendizagem com base no contexto real dos participantes, na discussão de casos clínicos que visa revisitado a fisiopatologia, a intervenção farmacológica e a terapêutica nutricional.

O Curso *Culinary Medicine* é constituído por 5 áreas principais que abrangem as principais doenças crónicas e fases do Ciclo de Vida.

Ao longo da sua *learning journey*, os participantes irão aplicar os conhecimentos teóricos, em sessões práticas que decorrem no *Kitchen Lab* da NMS, o local ideal para encetar discussão em grupos pequenos e utilizar uma abordagem *hands-on* para experimentar como realizar recomendações alimentares e nutricionais para cada patologia.



Abordagem Nutricional ao longo do Ciclo de Vida (50 horas)

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

A Nutrição em Doenças Cardiometabólicas (36 horas)

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

Intervenção Nutricional nas Doenças do Sistema Digestivo (28 horas)

- Doença Celíaca
- Doenças Gastrointestinais
- Alergia e intolerância alimentar

Abordagem Nutricional na Transição de Cuidados (38 horas)

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

A Nutrição e o Sistema Nervoso Central (20 horas)

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

CULINARY MEDICINE

172 HORAS | 10 ECTS

COORDENAÇÃO CIENTÍFICA



Conceição Calhau

Investigadora e Professora Catedrática na NOVA Medical School, onde coordena a Licenciatura em Ciências da Nutrição e a Área Académica: Nutrição e Estilos de Vida, sendo ainda Subdiretora para a Extensão à Comunidade.

As suas áreas de interesse e de investigação prendem-se com os compostos bioativos presentes na alimentação, como os polifenóis, os ácidos gordos ómega-3, os alteradores endócrinos na disfunção metabólica e a microbiota. Coordena a linha de investigação Medicina Preventiva & Desafios Societais, da qual fazem parte seis grupos de investigação.

Liderou e realizou vários projetos nacionais, internacionais e financiados sobretudo pelo governo português e envolvendo a indústria farmacêutica e agroalimentar. É autora de mais de 120 publicações indexadas no ISI.

Doutorada em Biologia Humana (2002) e agregada em Metabolismo Clínica e Experimentação (2010) ambos os graus obtidos na Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, é ainda Coordenadora da Unidade Universitária *Lifestyle Medicine* CUF by NOVA Medical School.



Pedro Carreiro Martins

Investigador e Professor Auxiliar com Agregação na NOVA Medical School. As suas áreas de interesse e de investigação prendem-se com a fisiopatologia das doenças crónicas respiratórias, a asma grave na criança e o estudo do impacto da qualidade do ar nas doenças alérgicas e respiratórias.

Secretário do Colégio de Imunoalergologia da Ordem dos Médicos e Editor Chefe da revista *European Annals of Allergy and Clinical Immunology*.

Lidera e realizou vários projetos nacionais, internacionais sendo ainda membro do Working Group de Aerobiologia e Poluição da European Academy of Allergy and Clinical Immunology, co-coordenador Português do ARIA (Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma) e Delegado da *Global Alliance Against Chronic Respiratory Diseases - World Health Organization*. É autor de 100 publicações indexadas na ISI-WoS.

Doutorado em Medicina (2012) e Agregado (2021) pela NOVA Medical School. É Assistente Graduado de Imunoalergologia, grau de Consultor, Centro Hospitalar Universitário de Lisboa Central.

CULINARY MEDICINE

172 HORAS | 10 ECTS

COORDENAÇÃO CIENTÍFICA



Nuno Neuparth

Investigador e Professor Catedrático de Fisiopatologia da NOVA Medical School. As suas áreas de interesse e de investigação prendem-se com Clínica Médica com ênfase em Alergologia e Ciências Médicas e da Saúde com ênfase em Saúde Pública e Saúde Ambiental.

Liderou e realizou vários projetos nacionais sendo Assistente do Centro Hospitalar de Lisboa Central EPE, responsável pelo Curso de Fisiopatologia do Mestrado Integrado em Engenharia Biomédica da Faculdade de Ciências e Tecnologia da NOVA, responsável pelo Laboratório de Função Pulmonar do Hospital Dona Estefânia do Centro Hospitalar Universitário de Lisboa Central EPE e Membro Nomeado do Conselho Científico do Programa Nacional de Doenças Respiratórias, pelo Diretor Geral da Saúde do Ministério da Saúde. É autor de 71 artigos em revistas médicas especializadas, 24 capítulos de livro e 6 livros. Recebeu 22 prémios e menções honrosas.

Doutorado em Medicina (1995) e Agregado em Medicina (2017) pela NOVA Medical School.



CULINARY MEDICINE

172 HORAS | 10 ECTS

CORPO DOCENTE

Abordagem Nutricional ao longo do Ciclo de Vida

- **GRAVIDEZ**
Prof.ª Doutora Fátima Serrano, Médica Obstetra
Dra. Manuela Cardoso, Nutricionista
- **CRIANÇA E ADOLESCENTE**
Prof. Doutor Luís Pereira da Silva, Médico Pediatra
Prof.ª Doutora Catarina Durão, Nutricionista, Nutrição Clínica
- **GERIATRIA**
Prof.ª Doutora Ana Rodrigues, Médica Reumatologista
Prof.ª Doutora Margarida Oliveira, Nutricionista, Nutrição Clínica
- **ATIVIDADE FÍSICA E DESPORTO**
Prof. Doutor Hélder Soares, Médico Cardiologista
Prof.ª Doutora Mónica Sousa, Nutricionista
- **ASMA**
Professor Doutor Nuno Neuparth, Médico Imunoalergologista
Dra. Francisca Castro Mendes, Nutricionista
- **MITOS, DIETAS DE MODA, SUPLEMENTOS E CONTROVÉRSIAS**
Prof. Doutor José Themudo Barata, Médico, Medicina Desportiva
Prof.ª Doutora Diana Teixeira, Nutricionista, Nutrição Clínica

A Nutrição em Doenças Cardiometabólicas

- **ABCD – DOENÇA CRÓNICA BASEADA NA ADIPOSIDADE**
Dr. Miguel Vasques, Médico Endocrinologista
Prof.ª Doutora Diana Teixeira, Nutricionista, Nutrição Clínica
- **TRATAMENTO CIRÚRGICO DA OBESIDADE**
Dra. Leonor Manaças, Médica, Cirurgia Geral
Prof.ª Doutora Catarina Durão, Nutricionista, Nutrição Clínica
- **DIABETES MELLITUS**
Prof. Doutor José Silva Nunes, Médico Endocrinologista
Prof.ª Doutora Marta Silvestre, Nutricionista, Nutrição Clínica
- **DOENÇA CARDIOVASCULAR**
Prof. Doutor Manuel Almeida, Médico Cardiologista
Prof.ª Doutora Diana Teixeira, Nutricionista, Nutrição Clínica
Prof. Doutor Júlio César Rocha, Nutricionista, Nutrição Clínica

Intervenção Nutricional nas Doenças do Sistema Digestivo

- **DOENÇA CELÍACA**
Dr. Mário Jorge Silva, Médico Gastroenterologista
Prof. Doutor Júlio César Rocha, Nutricionista, Nutrição Clínica
- **DOENÇAS GASTROINTESTINAIS**
Dr. Mário Jorge Silva, Médico Gastroenterologista
Professora Doutora Conceição Calhau, Nutricionista, Nutrição Clínica
Dra. Inês Barreiros Mota, Nutricionista
- **ALERGIA E INTOLERÂNCIA ALIMENTAR**
Prof. Doutor Pedro Carreiro Martins, Médico Imunoalergologista
Prof.ª Doutora Diana Teixeira, Nutricionista, Nutrição Clínica

Abordagem Nutricional na Transição de Cuidados

- **REVISITAR A DOENÇA RENAL**
Dra. Patrícia Branco, Médica Nefrologista
Dr. Vítor Martins, Nutricionista
- **NUTRIÇÃO E ONCOLOGIA**
Dra. Helena Luna Pais, Médica Oncologista
Prof.ª Doutora Marta Silvestre, Nutricionista, Nutrição Clínica
- **NUTRIÇÃO ENTÉRICA E PARENTÉRICA**
Dr. Nuno Carvalho, Médico, Cirurgia Geral
Prof.ª Doutora Filomena Gomes, Nutricionista
- **NUTRIÇÃO E HIV**
Prof. Doutor Hélder Pinheiro, Médico Infeciologista
Prof.ª Doutora Katty Mayre-Chilton, Nutricionista, *CPG coordinator*

A Nutrição e o Sistema Nervoso Central

- **O PAPEL DA ALIMENTAÇÃO NA DEPRESSÃO MAJOR**
Prof. Doutor José Oliveira, Médico Psiquiatra
Professora Doutora Conceição Calhau, Nutricionista, Nutrição Clínica
- **MECANISMOS NEUROBIOLÓGICOS DE CONTROLO DO APETITE**
Prof. Doutor Albino Oliveira Maia, Médico Psiquiatra
- **DIETA, NEUROPROTECÇÃO E NEUROCOGNIÇÃO**
Prof.ª Doutora Margarida Oliveira, Nutricionista, Nutrição Clínica
- **MEDICINA CULINÁRIA EM CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS**
Dra. Marta Fonseca, Médica
Prof. Doutor Júlio César Rocha, Nutricionista, Nutrição Clínica

CULINARY MEDICINE

172 HORAS | 10 ECTS

IDIOMA

Português

DURAÇÃO

6 meses

Está disponível a inscrição em módulos individuais.

Contacte posgraduacao@nms.unl.pt

FORMATO

Realizado aos sábados

Ensino Teórico: das 09h00 às 13h00

Ensino Prático: das 14h00 às 18h00

LOCAL DE REALIZAÇÃO

NOVA Medical School

Ensino Prático no **Kitchen Lab** da NOVA Medical School

NUMERUS CLAUSUS

35

ADMISSÃO

Aquando da candidatura, os interessados deverão disponibilizar o certificado de habilitações ou cédula profissional.

AVALIAÇÃO

Avaliação contínua, mediante teste de escolha múltipla no final de cada módulo.

A 1ª edição do *Culinary Medicine* é apoiada por:

makro

smeg

bimby

REGIME DE FALTAS

Presença obrigatória durante toda a duração do curso para emissão de certificado. O limite de faltas é de 20% das horas totais de formação.

CONTACTOS

posgraduacao@nms.unl.pt

+351 218 803 066



CULINARY MEDICINE

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

+351 218 803 066

posgraduacao@nms.unl.pt

www.nms.unl.pt