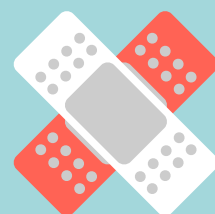




CURSO PNPAS

Promoção da Alimentação Saudável nos Cuidados de Saúde Primários: da prevenção à prática clínica



CURSO PNPAS

Promoção da Alimentação Saudável nos Cuidados de Saúde Primários: da prevenção à prática clínica



A **promoção da alimentação saudável** é uma das intervenções mais custo-efetivas na prevenção e controlo das doenças crónicas, sendo reconhecida como uma prioridade pela Organização Mundial da Saúde e pelo Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável da Direção-Geral da Saúde.

Com uma **abordagem prática e multidisciplinar**, este curso pretende capacitar profissionais de saúde para integrarem estratégias de promoção da alimentação saudável na prática clínica e comunitária, reforçando o papel central dos CSP na promoção da saúde, na prevenção e gestão da obesidade e de outras doenças crónicas, contribuindo para uma **prática clínica mais informada, eficaz e integrada, ao serviço da saúde das populações**.

CURSO PNPAS

**Promoção da Alimentação
Saudável nos Cuidados
de Saúde Primários:
da prevenção à
prática clínica**



OBJETIVOS DO CURSO

No final do curso, os participantes deverão ser capazes de:

1. Integrar a avaliação antropométrica e o aconselhamento breve na prática clínica para a promoção de estilos de vida saudáveis, prevenção e controlo das doenças crónicas.
2. Reconhecer necessidades nutricionais específicas em diferentes fases da vida.
3. Implementar estratégias de promoção da alimentação saudável em contextos clínicos, escolares e comunitários.
4. Conhecer o percurso de cuidados integrados para a prevenção e tratamento da obesidade.

PÚBLICO-ALVO

Profissionais de saúde, em especial médicos de família, médicos de saúde pública, enfermeiros, nutricionistas e outros profissionais dos cuidados de saúde primários do SNS.

DURAÇÃO E MODALIDADE DE FORMAÇÃO

O curso realiza-se entre novembro de 2025 e fevereiro de 2026, com uma sessão semanal e a duração total de 30 horas (23 de contacto e 7 de estudo autónomo), em formato online e síncrono. A admissão é feita por ordem de inscrição e a emissão do certificado requer uma participação mínima de 80% das sessões.

INSCRIÇÕES

Inscrições gratuitas, mas sujeitas a inscrição prévia e limitadas a 100 participantes.

INSCRIÇÕES AQUI

Para informações adicionais, contactar:
pnpas@dgs.min-saude.pt



CURSO PNPAS

Promoção da Alimentação
Saudável nos Cuidados
de Saúde Primários:
da prevenção à
prática clínica

MÓDULO 01

FUNDAMENTOS E ESTRATÉGIAS DE PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL EM SAÚDE PÚBLICA

11 nov 2025 · 17h00-19h00

Visão da OMS e enquadramento internacional*

Kremlin Wickramasinghe (OMS Europa)

PNPAS: Prioridades, resultados e sua integração nos cuidados de saúde primários

Maria João Gregório (DGS)

18 nov 2025 · 17h00-19h00

Da estratégia à ação: desafios, tensões e liderança para ambientes alimentares mais saudáveis

Pedro Graça (FCNAUP)

Comunicação em saúde nos tempos atuais

Margarida Graça Santos (ULS São José)

MÓDULO 02

PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL EM CONTEXTO CLÍNICO

25 nov 2025 · 17h00-19h00

Equipas multidisciplinares para a promoção da alimentação saudável

Rosário Monteiro (ULS Santo António)

Avaliação antropométrica, métodos e interpretação clínica

Teresa Amaral (FCNAUP)

02 dez 2025 · 17h00-19h00

Aconselhamento breve para a promoção da alimentação saudável e gestão de doenças crónicas

Rosário Monteiro (ULS Santo António), Diana Teixeira (NMS-UNL)
e Inês Castela (DGS)

Técnicas de comunicação e intervenção eficazes para potenciar a mudança comportamental

Sofia Ramalho (Universidade Lusíada)

*Comunicações em inglês.

CURSO PNPAS

Promoção da Alimentação Saudável nos Cuidados de Saúde Primários: da prevenção à prática clínica

MÓDULO 03

PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL EM DIFERENTES FASES DA VIDA

09 dez 2025 · 17h00-20h00

Promoção da saúde materna: alimentação, nutrição e suplementação

Diana Teixeira (NMS-UNL)

Promoção da alimentação saudável na saúde infantil e juvenil: dos primeiros 1000 dias de vida à adolescência

Equipa PNPAS

Como educar para uma alimentação saudável: guia de boas práticas para pais e educadores

Equipa PNPAS

17 dez 2025 · 17h00-18h00

Deficiência de iodo: um problema de saúde pública e estratégias de prevenção

Joana Palha (UMinho), Sarai Machado (UMinho), Nuno Borges (FCNAUP)

MÓDULO 04

PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL EM CONTEXTO ESCOLAR

06 jan 2026 · 17h00-20h00

Estratégias de promoção da alimentação saudável em meio escolar

Rui Lima (DGE), Maria João Gregório (DGS), Pedro Graça (FCNAUP)

O ambiente alimentar escolar

Rui Lima (DGE)

O papel do ambiente construído nos refeitórios escolares

Rute Espanhol (Câmara Municipal de Benavente)

Educação alimentar em meio escolar

Mariana Bessa

Programa Nacional de Saúde Escolar

Gisela Leiras (DGS)

CURSO PNPAS

Promoção da Alimentação Saudável nos Cuidados de Saúde Primários: da prevenção à prática clínica

MÓDULO 05

TEMAS AVANÇADOS E ATUALIDADE EM NUTRIÇÃO

13 jan 2026 · 17h00-19h00

Percurso de cuidados para o tratamento da obesidade em cuidados de saúde primários

Rosário Monteiro (ULS Santo António), Diana Teixeira (NMS-UNL)

20 jan 2026 · 17h00-19h00

Identificação do risco nutricional: uma resposta para a pessoa idosa e cuidados domiciliários

Teresa Amaral (FCNAUP)

27 jan 2026 · 17h00-18h30

Temas atuais em nutrição: o que a ciência nos diz hoje

Nuno Borges (FCNAUP), Alejandro Santos (FCNAUP)

MÓDULO 06

REDUÇÃO DE DESIGUALDADES SOCIAIS NA ÁREA DA ALIMENTAÇÃO

03 fev 2026 · 17h00-18h30

A pobreza infantil e o acesso a uma alimentação adequada

Sónia Almeida (Garantia para a Infância)

Os modelos de ajuda alimentar para pessoas mais carenciadas

Cristina Rodrigues (Instituto da Segurança Social)

MÓDULO 07

COMPETÊNCIAS DO PODER LOCAL NA ÁREA DA SAÚDE

10 fev 2026 · 17h00-18h00

Descentralização de competências na saúde: caminhos para a cooperação e a complementaridade entre o setor da saúde e o poder local

Rita Sá Machado (Diretora Geral da Saúde)