

# PROGRAMA III EDIÇÃO

NUTRI2GO 

7 DEZEMBRO

9h00 | Sessão de Abertura

UNDERSTANDING HORMONES, ENERGY & RHEUMATISM

9h20 | O impacto da nutrição na (in)fertilidade da mulher | **Drª Rafaela Teixeira**

9h45 | Nutrição nas doenças reumáticas | **Mestre Alexandra Cardoso**

10h10 | Mesa Redonda | **Mestre Noélia Arruda**

10h30 | Coffee Break

DESCOMPLICAR A INFÂNCIA

10h45 | "É possível prevenir a alergia alimentar?" | **Dr. Jorge Amil Dias**

11h10 | Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção - O papel do DHA | **Mestre Marta Ezequiel**

11h35 | Da Ortorexia à Anorexia Nervosa | **Drª Mónica Pitta Grós**

12h00 | Mesa Redonda | **Profª Doutora Ana Isabel Lopes**

KEYNOTE & BONUS LECTURES

12h30 | Saúde Pública em Comunidades Carenciadas | **Mestre Rute Borrego**

13h05 | A Taste of Mindful Eating | **Drª Ana Rai**

# PROGRAMA III EDIÇÃO

NUTRI2GO 

8 DEZEMBRO

## CHALLENGES OF THE 21ST CENTURY

9h00 | Food and Nutrition Security in a Context of Conflict and Emergencies  
**Prof. Doutor João Breda \***

9h25 | The Gut-Brain Axis and its Relationship with the Development of Anxiety Disorders and Depression | **Profª Doutora Marie-Christine Simon**

9h50 | Sarcopenia in Cancer Patients | **Profª Doutora Paula Ravasco**

10h15 | Round Table | **Mestre Sara Policarpo**

10h45 | Coffee Break

## EXERCITAR O CORPO, NUTRIR A ALMA

11h00 | Jejum intermitente | **Mestre Sérgio Veloso**

11h25 | A importância do controlo glicémico no treino desportivo | **Dr. Marco Pereira**

11h50 | Mesa Redonda | **Profª Doutora Cláudia Minderico**

## KEYNOTE & BONUS LECTURES

12h10 | Inovação e Marketing na Indústria Farmacêutica | **Drª Filipa Horta**

12h45 | Sessão de encerramento

13h30 | Vem cozinhar connosco! - Showcooking | **Drª Carolina Vaz Pereira**

# WORKHOPS III EDIÇÃO

NUTRI2GO 

6 DEZEMBRO

10h30 - 12h30

PLANEAMENTO DE REFEIÇÕES  
ON A BUDGET

- Dr<sup>a</sup> Rita Pereira -

14h00 - 16h00

SNACKS PRÉ, DURANTE E  
PÓS-TREINO

- Dr<sup>a</sup> Raquel Gomes -

16h30 - 18h30

PRATOS TÍPICOS PORTUGUESES  
COM UM TWIST

- Dr<sup>a</sup> Joana Nunes -

# WORKHOPS III EDIÇÃO

NUTRI2GO

7 DEZEMBRO

14h30

HORTAS E COMPOSTAGEM:  
OUTRA FORMA DE RECICLAR

- Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Maria Ana Kadosh -

14h30

REDES SOCIAIS E O SEU  
IMPACTO NA ALIMENTAÇÃO

- Dr Rui da Silva -

15h00

ALIMENTAÇÃO E SAÚDE  
ORAL NO CICLO DE VIDA

- Dr<sup>a</sup> Rita Cruz de Sousa -

15h00

SUPORTE NUTRICIONAL NO PRÉ-  
CIRÚRGICO- PROTOCOLO ERAS

- Dr<sup>a</sup> Célia Lopes -

15h30

DIETAS RESTRITIVAS VS.  
REeducação Alimentar

- Mestre Catarina Faria -

17h00

ALIMENTAÇÃO NÃO TEM DE SER UM  
BICHO PAPÃO - "UM OLHAR ALÉM DA  
QUESTÃO NUTRICIONAL"

- Mestre Susana Tagarro -

18h30

A RELAÇÃO COM A COMIDA

- Dr<sup>a</sup> Mafalda Serra -

# WORKHOPS III EDIÇÃO

NUTRI2GO 

8 DEZEMBRO

15h00

GESTÃO NUTRICIONAL NA  
FENILCETONÚRIA

-Dr<sup>a</sup> Inês Jardim e Mestre Rita Loureiro-

16h00

DIETA CETOGÉNICA NA  
EPILEPSIA REFRATÁRIA - O QUE  
NOS DIZ A CIÊNCIA?

- Dr<sup>a</sup> Inês Jardim e Mestre Rita Loureiro -

16h00

IMPACTO NUTRICIONAL NO  
STRESS E DISTÚRBIO DO SONO

- Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Ana Rita Silva -

16h30

(INTERPRETAÇÃO DE) ANÁLISES  
CLÍNICAS EM NUTRIÇÃO

- Dr<sup>a</sup> Clara Ramos -

17h00

INSECTOS - UM NOVO  
NEGÓCIO EM NUTRIÇÃO

- Mestre Vasco Esteves -

17h30

ALIMENTOS QUE CAUSAM  
ENXAQUECAS (E OUTROS QUE  
MELHORAM)

- Mestre Filipa Sotero e Mestre  
Beatriz Vicente -

18h00

PASSO A PASSO NO  
DESENVOLVIMENTO DE EMENTAS  
EM CONTEXTO ESCOLAR

- Mestre Raquel Ferreira -