



Síntese Informativa  
**Dietética Chinesa**  
Formação Online



As questões relacionadas com a alimentação despertam um enorme interesse e posicionam-se como essenciais, quer em quadros clínicos, quer na promoção e manutenção da saúde. Numa área de reconhecida relevância, esta formação visa o desenvolvimento de competências em Dietética Chinesa dotando os participantes tanto de conhecimentos teóricos como práticos.

### FORMADORA - Dra. Margarida Baião



Diplomada no Curso Superior de Acupunctura e Fitoterapia Tradicional Chinesa ministrado pelo Instituto Português de Medicina Tradicional Chinesa – Associação Portuguesa de Acupunctura e Disciplinas Associadas (em 2009), exercendo de modo profissional desde esta data. Realizou um estágio clínico na Universidade de Medicina Tradicional Chinesa de Chengdu (CDUTCM) – China. Participou no curso de treino avançado para os docentes UMC em junho de 2017, ministrado pela CDUTCM – China. Desempenha funções de docência de Medicina Tradicional Chinesa, na UMC, desde 2009.

### FORMATO – E-Learning Moodle

#### DURAÇÃO – 80h

Incluindo módulo inicial de ambientação a plataforma.

### DISPONIBILIZAÇÕES

Duas disponibilizações de matéria, por semana.

### CALENDÁRIO

Início – 18 de Novembro de 2024

Fim – 23 de Janeiro de 2025

### VALOR – 120€

#### Condições especiais

108€ para Diplomados e Estudantes UMC e/ou Associados APPA-fmtc

#### Inscrição

Enviar a ficha de inscrição, disponível no site [www.umc.pt](http://www.umc.pt), para o email [secretaria@umc.pt](mailto:secretaria@umc.pt) ou via CTT para UMC, Rua Camilo Castelo Branco, N.º2- 5.º Esq. 1150-084 Lisboa

### DESTINATÁRIOS

Profissionais de Acupunctura, Fitoterapia e MTC; Estudantes de Acupunctura ou MTC a partir do 2º ano (inclusive);

Nutricionistas; Dietistas;

Público em geral com formação na área da saúde.

### REQUISITOS

Domínio da língua portuguesa.

Acesso a um computador com ligação à Internet.

Conhecimentos de informática, na ótica do utilizador, incluindo navegação na Internet.

### OBJETIVOS

- Conhecer a Medicina Tradicional Chinesa e alguns dos seus axiomas
- Obter conhecimentos sobre Dietética, e introdução à alimentação, história da dietética chinesa
- Reconhecer as Doenças: Externas ou Internas
- Conhecer as principais características e utilizações dos alimentos de acordo com as suas energias
- Aprender a cozinhar de acordo com os cinco movimentos e os fundamentos da MTC
- Aplicação dos conhecimentos sobre Dietética
- Compreender a forma de alimentação no ciclo de vida
- Conhecer a classificação dos alimentos de acordo com a MTC
- Analisar casos clínicos para aplicação dos conhecimentos

### ORGANIZAÇÃO PROGRAMÁTICA

- Introdução aos Princípios Básicos da Medicina Tradicional Chinesa
- Teoria da Dietética Chinesa
- Sobre a Doença
- Aplicação da Dietética Chinesa
- Energia dos Alimentos
- Comer de acordo com os Cinco Movimentos
- Fortalecer o Centro - Importância do Movimento Terra
- Ritmo Diário
- Ritmos Sazonais
- Aplicação da Dietética Chinesa face aos diferentes Fatores Patogénicos
- Alimentação no Ciclo de Vida
- Aconselhamento em Dietética Chinesa
- Classificação dos Alimentos
- Casos Clínicos
- Exemplos de receitas para algumas Síndromas

### METODOLOGIA

A formação decorrerá em contexto de aulas em E-Learning. Contacto com a formadora via fórum de dúvidas.

### AValiação

Sem avaliação formal.

No final, após confirmação da participação, emissão do certificado com o respetivo número de horas.

### MODERADOR

Acompanhamento pelo Moderador sobre todas as questões relacionadas com a formação.

### APOIO TÉCNICO

Apoio Técnico da UMC online através do email [tecnico.elearning@umc.pt](mailto:tecnico.elearning@umc.pt) em caso de dificuldades de acesso à plataforma, de navegação, ou qualquer outro problema de ordem informática.

### EDIÇÃO

11ª - 2024

### INFORMAÇÃO COMPLEMENTAR

Nº mínimo de participantes – 8

Nº máximo de participantes – 30