

Nome da Formação	A Dietética Chinesa na prevenção e tratamento da Hipertensão Arterial
Código da Formação	267
Edição	1
Nota Introdutória	<p>A Dietética Chinesa, fundamentada nos princípios da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), considera a alimentação como um dos pilares essenciais na prevenção e no tratamento de diversas patologias crónicas, onde está incluída a Hipertensão Arterial (HTA). Diferentemente da abordagem ocidental, que enfatiza sobretudo os componentes nutricionais dos alimentos, a Dietética Chinesa avalia os alimentos segundo a sua natureza energética, sabor, tropismo e acção sobre o equilíbrio do <i>Yin</i> e <i>Yang</i>, do <i>Qi</i> e do Sangue.</p> <p>A aplicação da Dietética Chinesa representa uma estratégia terapêutica complementar relevante, actuando não apenas no controle dos sintomas, mas também na promoção do equilíbrio global do organismo, na melhoria da qualidade de vida dos indivíduos com HTA e, sobretudo, na prevenção de patologias associadas, como as doenças cardiovasculares, os AVCs, a insuficiência renal crónica, entre outras.</p>
Objetivos	<p>Esta formação de 2 horas tem como objectivo introduzir os princípios fundamentais da Dietética Chinesa e a sua aplicação na prevenção e apoio ao tratamento da HTA. Pretende-se que os formandos reconheçam os principais desequilíbrios energéticos associados à HTA segundo a MTC e identifiquem orientações alimentares e escolhas dietéticas que promovam a harmonização do organismo, a prevenção de factores de risco e o apoio ao tratamento desta patologia.</p>
Destinatários	Profissionais de Acupunctura ou MTC; Estudantes de Acupunctura ou MTC a partir do 2º ano (inclusive); Nutricionistas; Dietistas; Público em geral com formação na área da saúde.
Pré-requisitos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Domínio da língua Portuguesa ▪ Acesso a computador com ligação a internet, micro e webcam. ▪ Conhecimento da informática na ótica do utilizador, incluindo navegação na internet.
Coordenador de Curso	Margarida Baião
Formador(es)	<p><u>Margarida Baião</u> Acupunctora e Especialista de Medicina Tradicional Chinesa (Cédulas Profissionais C-006560 e C-0500565) a exercer desde 2009 Docente na UMC desde 2009 Coordenadora Pedagógica na UMC desde 2025 Diretora Clínica do Centro Clínico UMC desde de 2026 Diplomada em Acupunctura e Medicina Tradicional Chinesa pela APADA/UMC Licenciada em Engenharia Zootécnica pela Universidade de Évora Curso de treino avançado para docentes da Universidade de Medicina Tradicional Chinesa de ChengDu (China) em 2017 Estágio Hospitalar no Hospital Universitário da Universidade de Medicina Tradicional Chinesa de ChengDu (China) em 2010</p>
Formato	On-line

Local	Plataforma Zoom
Horas de formação	2 horas
Duração	2 horas
Calendário	17/06/2026
Horário	20h – 22h
Valor da formação	Valor: 30 € Os valores indicados incluem IVA a 23%
Inscrição	Formulário de inscrição aqui É considerada válida após pagamento do valor da inscrição
Datas de inscrição	De 24 de Abril 2026 até 15 de Junho 2026
Metodologia de ensino	A formação decorrerá via plataforma Zoom
Metodologia de Avaliação	Sem avaliação
Certificação	No final, após confirmação da participação, será emitido o certificado com o respetivo número de horas.
Nº de participantes	8 - 25
Conteúdo programático	<ul style="list-style-type: none"> • Princípios básicos da Dietética Chinesa • Principais padrões energéticos associados à HTA à luz da MTC • Objectivos terapêuticos da dieta • Alimentos que contribuem para a prevenção e controlo da HTA • Escolhas alimentares adequadas, adaptadas ao estado energético do indivíduo • Exemplos de planos alimentares simples • Erros comuns na prática clínica
Informação complementar	<ul style="list-style-type: none"> - O certificado da formação é emitido após confirmação da presença do formando. - Estão agendadas mais formações relacionadas com a Dietética Chinesa.
Participação na Formação Plataforma Zoom	<ul style="list-style-type: none"> - O formando receberá o link de acesso <u>até</u> 24h antes da realização da formação. - O link e o ID da sessão Zoom são pessoais e intransmissíveis. - Durante todo o decurso da formação, o formando deverá participar mantendo a câmara/webcam ligada, para que seja considerada a sua presença. - O formador, caso seja necessário e para salvaguardar a intrusão de pessoas estranhas à formação, poderá bloquear o acesso à sessão formativa.
Contactos	<p>Secretaria UMC Morada: Rua Camilo Castelo Branco, nº 2 – 5º Esq 1150-084 Lisboa Email: secretaria@umc.pt Telephone: + 351 213 555 006 Tlm / Whatsapp: 963 620 584 Horário: 09h00 – 16h00 (dias úteis)</p>