

## Curso

Alimentação para a Saúde,  
Equidade e Sustentabilidade





## Curso

# Alimentação para a Saúde, Equidade e Sustentabilidade

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: [www.techtute.com/br/farmacia/curso/alimentacao-saude-equidade-sustentabilidade](http://www.techtute.com/br/farmacia/curso/alimentacao-saude-equidade-sustentabilidade)

# Índice

01

Apresentação

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Direção do curso

---

*pág. 12*

04

Estrutura e conteúdo

---

*pág. 16*

05

Metodologia

---

*pág. 20*

06

Certificado

---

*pág. 28*

# 01

# Apresentação

A população atual está muito mais consciente dos efeitos adversos da exploração excessiva da terra para uso alimentar e, ao mesmo tempo, busca uma nutrição mais equilibrada e saudável para seu corpo. Essa mudança de mentalidade levou a um aumento nas informações sobre o assunto, e os farmacêuticos estão descobrindo em seu trabalho diário que as pessoas estão mais interessadas em alcançar seu bem-estar com hábitos mais adequados e ecológicos. Este curso 100% online apresenta aos alunos os recentes avanços nessa área por meio de uma equipe de professores especializados e com ampla experiência na área de Nutrição e Endocrinologia.



“

*Com este Curso, você poderá se atualizar sobre todas as estratégias alimentares mais recentes e sustentáveis”*

O conceito de redução da pegada de carbono já é bastante familiar para as pessoas, especialmente aquelas que buscam reduzir o impacto ambiental de seu consumo diário de alimentos. Nos últimos anos, também houve um aumento da conscientização sobre os próprios produtos alimentícios, o óleo de palma, e o impacto das operações em larga escala na terra e na vida selvagem para obtê-lo. Essa mudança de mentalidade faz parte do novo conceito de saúde que as pessoas querem ter hoje.

Esse Curso, voltado para profissionais farmacêuticos, oferece conhecimentos atualizados sobre Saúde, Equidade e Sustentabilidade. Para isso, os alunos passarão 6 semanas aprendendo sobre estratégias nutricionais eficazes e eco *friendly*, a perda de biodiversidade em diferentes níveis e suas repercussões na microbiota, toxinas e xenobióticos nos alimentos e seus efeitos sobre a saúde, além da legislação atual sobre rotulagem correta.

Além disso, esse programa somente online fornecerá os conhecimentos mais recentes sobre os problemas de saúde relacionados a alimentos ultraprocessados e bebidas diferentes de água e recomendações dietéticas saudáveis e sustentáveis. Tudo isso com um conteúdo multimídia moderno que pode ser acessado a qualquer hora do dia, pois não há aulas com horários fixos. Os alunos só precisam de um tablet, computador ou telefone celular com conexão à Internet para poderem se conectar à plataforma virtual de qualquer lugar. Assim, esta capacitação permite que os farmacêuticos tenham acesso a uma educação de qualidade que seja compatível com seu trabalho e suas responsabilidades pessoais.

Este **Curso de Alimentação para a Saúde, Equidade e Sustentabilidade** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Nutrição e Endocrinologia
- ♦ O conteúdo gráfico, esquemático e extremamente útil, fornece informações científicas e práticas sobre as disciplinas essenciais para o exercício da profissão
- ♦ Contém exercícios práticos onde o processo de autoavaliação é realizado para melhorar o aprendizado
- ♦ Destaque especial para as metodologias inovadoras
- ♦ Lições teóricas, perguntas aos especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos individuais de reflexão
- ♦ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo desde qualquer dispositivo fixo ou portátil com conexão à Internet



*Um curso que permitirá que você esteja ciente da sustentabilidade e das mudanças nos hábitos saudáveis da população atual"*



*Conheça os mais recentes avanços relacionados a tóxicos e xenobióticos e seu impacto na saúde"*

*Acesse as linhas de pesquisa que abordam as diferentes biodiversidades e microbiotas.*

*Uma capacitação universitária que lhe permite conciliar suas responsabilidades pessoais com um ensino de qualidade.*

O corpo docente do curso conta com profissionais do setor, que transferem toda a experiência adquirida ao longo de suas carreiras para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de instituições de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

A estrutura deste programa se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, onde o profissional deverá tentar resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do curso acadêmico. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos nesta área.





# 02 Objetivos

Este Curso permitirá que os alunos renovem seus conhecimentos durante as 6 semanas de capacitação. Para isso, os farmacêuticos terão acesso às mais recentes ferramentas acadêmicas, graças às quais poderão adquirir conhecimentos abrangentes e exaustivos em qualquer lugar e sem aulas com horários fixos. O sistema Relearning, baseado na repetição do conteúdo também permitirá que estudante atualize seus conhecimentos na área de saúde e sustentabilidade de forma mais natural e progressiva.





“

*Um Curso que permitirá que você atualize seus conhecimentos sobre a pegada de carbono e água e seu impacto na saúde”*



## Objetivos gerais

---

- Desenvolver um conhecimento amplo, especializado e atualizado sobre nutrição saudável e ecologicamente correta
- Aprender em detalhes os últimos desenvolvimentos relacionados a alimentos e bebidas sustentáveis influenciando as pegadas de carbono e hídrica





## Objetivos específicos

---

- ♦ Analisar as evidências científicas sobre o impacto da alimentação sobre o meio ambiente
- ♦ Conhecer a legislação atual sobre a indústria alimentar e o consumo
- ♦ Avaliar os efeitos na saúde decorrentes do modelo alimentar atual, e o consumo de ultraprocessados

“

*Um programa 100% online no qual você terá à sua disposição uma equipe de professores especializados em nutrição”*

# 03

## Direção do curso

Em seu compromisso de oferecer a todos os alunos uma educação de qualidade, a TECH seleciona cuidadosamente o corpo docente que ministra cada um de seus cursos. Assim, nesse programa online, os alunos podem contar com uma equipe de gestão e ensino com ampla experiência em clínicas e hospitais de referência nas áreas de Nutrição e Endocrinologia. Profissionais atuantes que fornecerão casos clínicos reais que serão de grande utilidade e aplicação direta no trabalho do farmacêutico.



“

*Com este Curso, você terá conhecimento dos estudos realizados sobre as diferenças existentes no mundo em termos de alimentação, fome e obesidade”*



## Direção



### Dra. Vázquez Martínez, Clotilde

- Chefe Corporativa do departamento de Endocrinologia e Nutrição da Fundação Jiménez Díaz
- Chefe da Seção de Endocrinologia e Nutrição do Hospital Ramón y Cajal e do Hospital Severo Ochoa, Leganés
- Presidente da SENDIMAD (Sociedade de Endocrinologia, Nutrição e Diabetes da Comunidade de Madri)
- Coordenadora do Grupo de Educação Terapêutica (GEET) da Sociedade Espanhola de Diabetes
- Doutora pela Faculdade de Medicina da Universidade Autônoma de Madri
- Formada em Medicina e Cirurgia pela Faculdade de Medicina da Universidade de Valência
- Especialista em Endocrinologia e Nutrição via MIR em na Fundação Jimenez Díaz
- Prêmio Abraham García Almansa por toda a trajetória em Nutrição Clínica
- Reconhecida entre os 100 melhores médicos da Espanha, de acordo com a lista da Forbes
- Prêmio da Fundação Castilla La Mancha para a Diabetes (FUCAMDI) pela trajetória de carreira em Diabetes e Nutrição



### Dra. Teresa Montoya Álvarez

- Chefe do Departamento de Endocrinologia e Nutrição do Hospital Universitário Infanta Elena
- Responsável pelo Voluntariado na Fundação Garrigou
- Formada em Medicina e Cirurgia pela Universidade de Navarra
- Mestrado em Obesidade e suas Comorbidades: Prevenção, Diagnóstico e Tratamento Integral pela Universidade Rey Juan Carlos
- Curso de Urgências do Paciente com histórico de cirurgia bariátrica: Referências-chave para o médico de plantão
- Membro do Instituto de Pesquisa em Saúde Fundación Jiménez Díaz, Comissão de Saúde da FEAPS Madrid, Trisomy 21 Research Society





### **Dr. Álvaro Sánchez Jiménez**

- ♦ Especialista em Nutrição e Endocrinologia no Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz
- ♦ Nutricionista em Medicadiet
- ♦ Nutricionista Clínico Especializado na Prevenção e Tratamento da Obesidade, Diabetes e suas Comorbidades
- ♦ Nutricionista no Estudio Predimed Plus
- ♦ Nutricionista em Eroski
- ♦ Nutricionista na Clínica Axis
- ♦ Professor do Mestrado em Obesidade e Comorbidades pela Universidade Rey Juan Carlos
- ♦ Professor no curso de excelência em Obesidade no Hospital universitario Fundación Jimenez Díaz, Novo Nordisk
- ♦ Curso de Nutrição Humana e Dietética pela Universidade Complutense de Madri
- ♦ Nutrição e Alimentação em Idosos pela Universidade Complutense de Madri
- ♦ Nutrição e Esporte para Profissionais pela Fundação Tripartita
- ♦ Curso de Atualização em Diabetes Prática tipo 1 e 2 para Profissionais da Saúde

## Professores

### Dra. María del Mar Alcarria Águila

- ◆ Nutricionista Clínica da Medicadiet
- ◆ Nutricionista de Obesidade Clínica na López-Nava
- ◆ Dietista e nutricionista na PREDIMED-PLUS
- ◆ Formada em Nutrição Humana e Dietética pela Universidade Complutense de Madri
- ◆ Mestrado em Nutrição Esportiva e Endocrinologia no Instituto de Ciências da Nutrição e da Saúde(ICNS)

### Dra. Ana Núñez Sanz

- ◆ Dietista e nutricionista, especialista em gravidez, aleitamento materno e infância
- ◆ Nutricionista de Obesidade na López-Nava
- ◆ Nutricionista em Medicadiet
- ◆ Dietista e nutricionista *freelance*
- ◆ Dietista e nutricionista na MenuDiet, S.L
- ◆ Colaboradora em alimentação e nutrição na Televisão Castilla La Mancha
- ◆ Promotora de palestras e workshops sobre alimentação saudável para escolas infantis, colégios e empresas
- ◆ Formada em Nutrição Humana e Dietética pela Universidade Complutense de Madri
- ◆ Mestrado Oficial em Nutrição e Saúde na Universidade Oberta de Catalunya





“

*Aproveite a oportunidade para conhecer os últimos avanços nesta área e aplicá-los à sua prática diária”*

# 04

## Estrutura e conteúdo

Neste Curso, a equipe de professores utilizou as informações mais avançadas e inovadoras relacionadas a alimentação e sustentabilidade. Dessa forma, os alunos poderão renovar seus conhecimentos com os conteúdos mais recentes da área de Saúde, Equidade e Sustentabilidade, onde se aprofundarão na nutrição atual na infância e adolescência, nas normas vigentes aplicadas à rotulagem, bem como nas políticas que orientam as recomendações de alimentação saudável. Leituras especializadas, artigos de pesquisa ou resumos dinâmicos complementarão o programa de estudos que compõe a grade curricular desta capacitação.



“

*Neste curso universitário, você terá acesso às pesquisas mais recentes sobre alimentos processados e seus efeitos em crianças e jovens”*

## Módulo 1. Alimentação para a saúde, equidade e sustentabilidade

- 1.1. Alimentação sustentável, variáveis alimentares que influenciam a pegada ecológica
  - 1.1.1. Pegada de carbono
  - 1.1.2. Pegada hídrica
- 1.2. O desperdício de alimentos como um problema individual e associado à indústria alimentícia
- 1.3. Perda de biodiversidade em diferentes níveis e seu impacto na saúde humana: microbiota
- 1.4. Tóxicos e xenobióticos na alimentação e seus efeitos sobre a saúde
- 1.5. Legislação alimentar atual
  - 1.5.1. Rotulagem, aditivos e propostas de regulamentação em comercialização e publicidade
- 1.6. Nutrição e *disruptores* endócrinos
- 1.7. A epidemia global da obesidade e desnutrição, associada à desigualdade: "Um planeta de gordos e famintos"
- 1.8. A alimentação na infância e juventude e a aquisição de hábitos na vida adulta
  - 1.8.1. Alimentos ultraprocessados e bebidas distintas da água: uma questão populacional
- 1.9. Indústria alimentícia, marketing, publicidade, redes sociais e sua influência nas escolhas alimentares
- 1.10. Recomendações alimentares saudáveis, sustentáveis e não tóxicas: política







“

*Uma capacitação universitária que oferece a você as mais recentes pesquisas sobre o impacto ambiental da indústria de alimentos e suas repercussões na saúde”*

05

# Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: **o Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo e foi considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações científicas, como o *New England Journal of Medicine*.





*Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que se mostrou extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização"*

## Na TECH usamos o Método do Caso

Em uma determinada situação clínica, o que um profissional deveria fazer? Ao longo do programa, os alunos irão se deparar com diversos casos simulados baseados em situações reais, onde deverão investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver as situações. Há diversas evidências científicas sobre a eficácia deste método. Os farmacêuticos aprendem melhor, mais rápido e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

*Com a TECH você irá experimentar uma forma de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo.*



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação comentada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra algum componente clínico peculiar, seja pelo seu poder de ensino ou pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso seja fundamentado na vida profissional atual, tentando recriar as condições reais da prática profissional do farmacêutico.



“

*Você sabia que este método foi desenvolvido em 1912, em Harvard, para os alunos de Direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais e complexas para que os alunos tomassem decisões e justificassem como resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard”*

#### A eficácia do método é justificada por quatro conquistas fundamentais:

1. Os farmacêuticos que seguem este método não só assimilam os conceitos, mas também desenvolvem a capacidade mental, através de exercícios que avaliam situações reais e a aplicação do conhecimento.
2. A aprendizagem se consolida nas habilidades práticas permitindo ao farmacêutico integrar melhor o conhecimento à prática clínica.
3. A assimilação de ideias e conceitos se torna mais fácil e mais eficiente, graças ao uso de situações decorrentes da realidade.
4. A sensação de eficiência do esforço investido se torna um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz em um maior interesse pela aprendizagem e um aumento no tempo dedicado ao curso.



## Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando 8 elementos didáticos diferentes em cada aula.

Potencializamos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

*O farmacêutico aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes simulados de aprendizagem. Estes simulados são realizados através de software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.*





Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis de satisfação geral dos profissionais que concluíram seus estudos, com relação aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Através desta metodologia, mais de 115 mil farmacêuticos foram capacitados com sucesso sem precedentes em todas as especialidades clínicas, independente da carga cirúrgica. Nossa metodologia de ensino é desenvolvida em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente com um perfil socioeconômico médio-alto e uma média de idade de 43,5 anos.

*O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo o espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso*

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica.

A nota geral do sistema de aprendizagem da TECH é de 8,01, de acordo com os mais altos padrões internacionais.



Neste programa, oferecemos o melhor material educacional, preparado especialmente para os profissionais:



#### Material de estudo

Todo o conteúdo foi criado especialmente para o curso pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que faz com que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso, com as técnicas mais inovadoras que proporcionam alta qualidade em todo o material que é colocado à disposição do aluno.



#### Técnicas e procedimentos em vídeo

A TECH aproxima o aluno das técnicas mais inovadoras, dos últimos avanços educacionais e da vanguarda da Educação. Tudo isso, explicado detalhadamente para sua total assimilação e compreensão. E o melhor de tudo, você poderá assistí-los quantas vezes quiser.



#### Resumos interativos

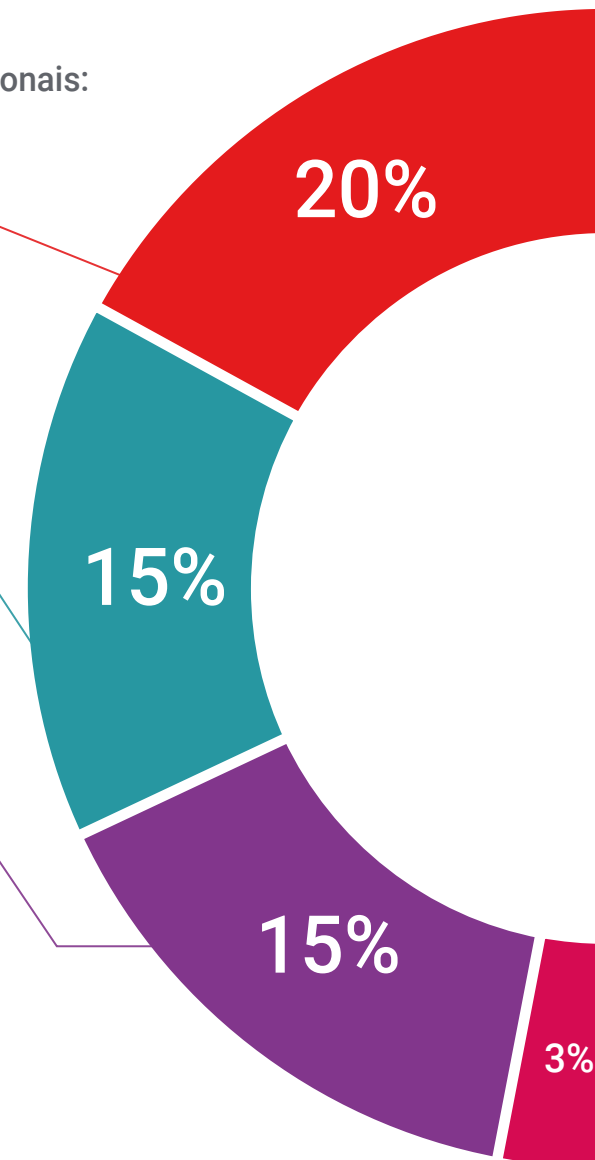
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

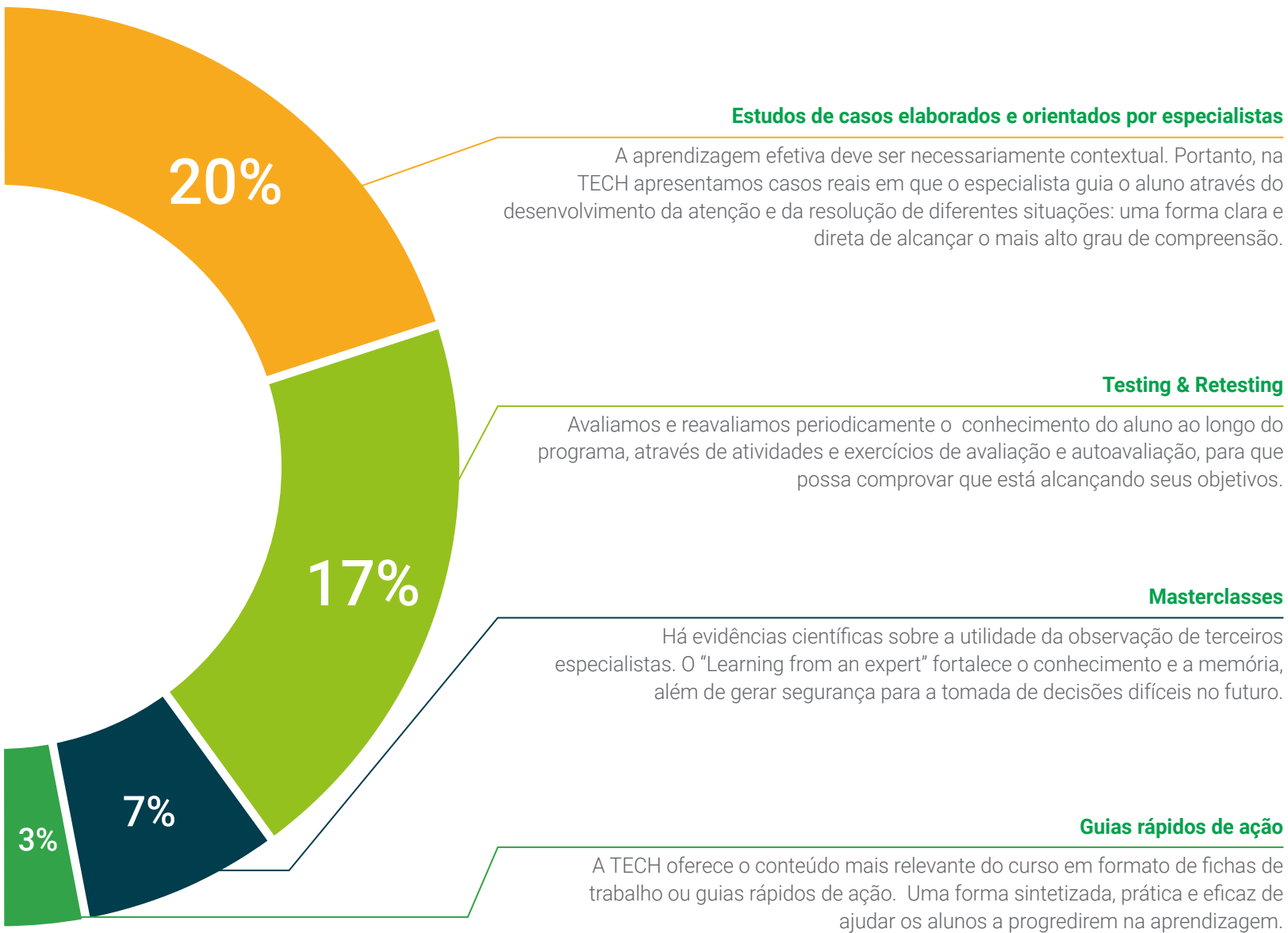
Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



#### Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que for necessário para complementar a sua capacitação.





06

# Certificado

O Curso de Alimentação para a Saúde, Equidade e Sustentabilidade garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, acesso ao certificado do Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.





“

*Conclua este programa de estudos  
com sucesso e receba o seu certificado  
sem sair de casa e sem burocracias”*

Este **Curso de Alimentação para a Saúde, Equidade e Sustentabilidade** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado\* correspondente ao **Curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Curso de Alimentação para a Saúde, Equidade e Sustentabilidade**

N.º de Horas Oficiais: **150h**



\*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.





### Curso

Alimentação para a Saúde,  
Equidade e Sustentabilidade

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

# Curso

Alimentação para a Saúde,  
Equidade e Sustentabilidade