# CURSO E-LEARNING

*6 horas*

# O PROCESSO DE DESINTOXICAÇÃO E DE COMO OPTIMIZÁ-LO

## 22 e 29 JANEIRO 2022

### PROGRAMA:

**- Noções básicas sobre nutrição: macro e micronutrientes e as suas funções no organismo;**
**- O que é a desintoxicação e como ocorre;**
**- Quais as fases do processo de desintoxicação e quais os nutrientes fundamentais para cada uma das fases;**
**- Antioxidantes: o que são, que importância têm e onde podemos encontrá-los na alimentação;**
**- Outros fatores que têm impacto no processo de desintoxicação.**

### HORÁRIOS:

**Sessões Síncronas:** 22 e 29 de Janeiro, das 10h às 13h
**Total:** 6 horas

### INSCRIÇÕES:

Ficha de Inscrição: **https://forms.gle/rt2VK3sfjL2DZRLd6**
Valor (isento de IVA): **Associados: 40€ - Não Associados: 45€**
Data limite de inscrição: **19 de Janeiro de 2022** (sujeito a alterações)
*[Desistências: Antes do início do curso - devolução de 80% do valor pago]*

### INFORMAÇÕES FORMADORA:

**Dra. ANDREIA MORIM**

Nutricionista licenciada pela Escola Superior de Saúde do Vale do Ave. Iniciou a sua atividade profissional em 2014 na área da nutrição clínica, tendo trabalhado durante um ano no Centro Hospitalar de S. João e posteriormente em contexto privado.
Em 2016 iniciou a Certificação em Nutrição Funcional e Personalizada pela Nutriscience, a única certificação do género existente em Portugal até ao momento.
Atualmente integra a equipa de nutrição da Nordic Clinic, onde desenvolve um trabalho permanente na área da nutrição e saúde da mulher, sendo responsável pelo programa Nordic Women's Health.

### MAIS INFORMAÇÕES:

formacao@agrobio.pt
www.agrobio.pt
agrobio_portugal
AGROBIOAgriculturaBiologica