

Educação à Escuta - 2º ep: «Conhecer para educar: o valor da dieta mediterrânica»

Language

Undefined



O que é a dieta mediterrânica? As novas gerações estão mais recetivas à alteração de hábitos alimentares? O que é o terrorismo nutricional? Como promover um estilo de vida saudável? Os regimes alimentares compactuam com uma discriminação social? Como pode a população envolver-se na mudança de paradigma alimentar?

«Conhecer para educar: o valor da dieta mediterrânica», o novo episódio do Educação à Escuta, responde a estas e coloca muitas outras questões sobre o que os regimes alimentares, a importância da educação para um estilo de vida saudável e os benefícios incomparáveis da dieta mediterrânica.

Não perca esta conversa entre Helena Real, Nutricionista e Secretária-Geral da Associação Portuguesa de Nutrição, José Graça, Formador e Coordenador do Dep. Hotelaria e Restauração da Escola Profissional do Fundação e Sophie Deram, autora do livro «O Peso das Dietas», nutricionista e investigadora no Ambulatório do Programa de Transtornos Alimentares, com moderação de Margarida Pinheiro, Investigadora do CIDTFF e membro do projeto FAIRFOOD.

Educação à Escuta é uma iniciativa de Comunicação de Ciência em Educação da Universidade de Aveiro em parceria com a Bertrand Editora.

Fonte: Associação Portuguesa de Nutrição

Video:

Source URL (modified on 10/05/2022 - 15:34):

<http://www.dietamediterranea.pt/?q=en/not%C3%ADcias-dieta-mediterr%C3%A2nica-alimenta%C3%A7%C3%A3o-estilo-de-vida/educa%C3%A7%C3%A3o-%C3%A0-escuta-2%C2%BA-ep-%C2%ABconhecer-para>