

2016-03-18 09:33:51

<http://justnews.pt/noticias/nutricao-a-melhor-atitude-e-o-lema-da-xxvi-semana-da-nutricao-que-esta-a-decorrer-no-porto>

«Nutrição: a melhor atitude» é o lema da XXVI Semana da Nutrição, que está a decorrer no Porto

A Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto (AEFCNAUP) está a organizar a 126.ª edição da Semana da Nutrição. O evento, que teve início ontem e termina hoje, sexta-feira, decorre na Fundação Dr. António Cupertino de Miranda.

O exercício físico em jejum na perda de peso e no âmbito do body building, a hidratação nos idosos e a utilização de um aparelho de doseamento de sal foram alguns dos temas em debate ontem. Hoje, o dia começou com o workshop "Raw - Tem a tua primeira experiência crua": Mais tarde serão discutidas questões como as vantagens e desvantagens da contagem de calorias do consumo do leite e do glúten.