

DIETA SAUDÁVEL NOS VÁRIOS CICLOS DA VIDA: DA INFÂNCIA À VELHICE

Coordenador: ELZA DANIEL DE MELLO

Cada vez mais uma ótima nutrição está associada a uma qualidade de vida melhor. Assim, saber das necessidades nutricionais em cada faixa etária e como, de forma prática, atingir tal objetivo, é essencial para uma vida saudável nos dias de hoje. O mini-curso, tem como objetivo, falar de forma simples e prática as necessidades nutricionais em cada etapa do ciclo de vida, de forma interativa, visando mudanças de hábitos.