

Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge

Edição Híbrida | 26 outubro 2023

Resumo

15.ª Reunião Anual PortFIR



© Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, 2023.

Ficha técnica:

Título: 15.^a Reunião Anual PortFIR. Alimentação de base vegetal | Balanço entre nutrição, produção, processamento e custo.

Relatores: Roberto Brazão, Paulo Fernandes, Andreia Lopes, Maria da Graça Dias

Editor: Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, I. P. (INSA)

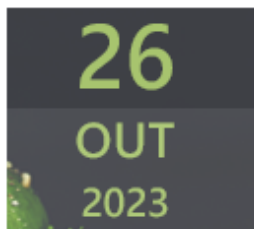
Coleção: Materiais de difusão da cultura científica e de formação

Lisboa, novembro de 2023

15.ª Reunião Anual PortFIR

ALIMENTAÇÃO DE BASE VEGETAL

BALANÇO ENTRE NUTRIÇÃO, PRODUÇÃO, PROCESSAMENTO E CUSTO



PRESENCIAL & ONLINE

Comissão Científica:

José Camolas (Centro Hospitalar Universitário Lisboa Norte), Luísa Louro (Instituto Superior de Agronomia - Universidade de Lisboa), Maria da Graça Dias (Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge), Marta Laranjo (Universidade de Évora), Ricardo Assunção (Egas Moniz School of Health and Science)

Comissão Organizadora:

Roberto Brazão - Coordenação

Andreia Lopes, Elsa Vasco, Francisco Ravasco, Luísa Oliveira, Maria da Graça Dias, Paulo Fernandes, Sidney Tomé

Departamento de Alimentação e Nutrição – Unidade de Observação e Vigilância
Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, I.P.

Entidades participantes:

AVP | Associação Vegetariana Portuguesa

CBIOS-ULusófona | Centro de Investigação em
Bióciências e Tecnologias da Saúde - Universidade
Lusófona

CHULN | Centro Hospitalar Universitário Lisboa
Norte

DTU | Universidade Técnica da Dinamarca

EM | Egas Moniz School of Health and Science

ESB-UCP | Escola Superior de Biotecnologia -
Universidade Católica Portuguesa

FMUP | Faculdade de Medicina - Universidade do
Porto

Food4Sustainability CoLAB

ICS-ULisboa | Instituto de Ciências Sociais -
Universidade de Lisboa

INIAV | Instituto Nacional de Investigação Agrária e
Veterinária

ISA-ULisboa | Instituto Superior de Agronomia -
Universidade de Lisboa

Nestlé Portugal

UBI | Universidade da Beira Interior

UG | Universidade de Groningen

UÉvora | Universidade de Évora

ZERO - Associação Sistema Terrestre Sustentável



Sumário

	Pág.
1. Introdução	1
2. Comunicações orais e Mesa redonda	2
3. Resumos e Posters submetidos	4
4. Inquérito de avaliação do grau de satisfação	9
5. Programa	16

Introdução

O Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, I.P. (INSA), através do Departamento de Alimentação e Nutrição (DAN)/Unidade de Observação e Vigilância, realizou, no passado dia **26 de outubro de 2023**, a **15.ª Reunião Anual PortFIR**, sobre o tema **“Alimentação de base vegetal. Balanço entre nutrição, produção, processamento e custo”**.

Esta iniciativa teve como principais objetivos promover um balanço entre nutrição, produção, processamento e custo da alimentação de base vegetal, apresentando e debatendo a importância e os possíveis benefícios para a saúde humana e para o ambiente, as oportunidades e os desafios que se colocam à produção e à indústria alimentar bem como a adoção e o acesso a estes alimentos pelos consumidores. A 15.ª Reunião Anual PortFIR teve, ainda, como objetivo divulgar trabalhos de investigação na área da alimentação, nutrição e/ou segurança alimentar.

A 15.ª Reunião Anual PortFIR decorreu no formato híbrido, presencialmente no Auditório do Instituto Ricardo Jorge, em Lisboa, e online, com a transmissão simultânea através da plataforma ZOOM e do canal de Youtube do INSA. Participaram no evento, presencialmente e por via digital, 355 pessoas, de um total de 827 inscritos. Não foi possível considerar os participantes que acompanharam o evento através do Youtube, uma vez que não é possível exigir o registo no momento do acesso ao canal.

Foram submetidos vinte trabalhos científicos à 15.ª Reunião Anual PortFIR. O Júri PortFIR, composto por José Camolas (CHULN), Luísa Louro (ISA-ULisboa), Maria da Graça Dias (INSA), Marta Laranjo (UÉvora) e Ricardo Assunção (EM), aceitou todos os Resumos submetidos, tendo selecionado os seguintes trabalhos

para serem apresentados oralmente no evento: *“Promover a redução do desperdício alimentar de hortícolas no ensino primário: Resultados do projeto RODA”*; e *“Avaliação da qualidade microbiológica de amostras de alimentos prontos para consumo vendidos em instalações ambulantes na região de Lisboa”*. Todos os trabalhos, nos formatos de Resumo e de Poster, foram disponibilizados numa [plataforma online](#), para consulta. A gravação do evento encontra-se, igualmente, disponível no [canal de Youtube do INSA](#), para consulta por todos os interessados.

Comunicações orais e Mesa redonda

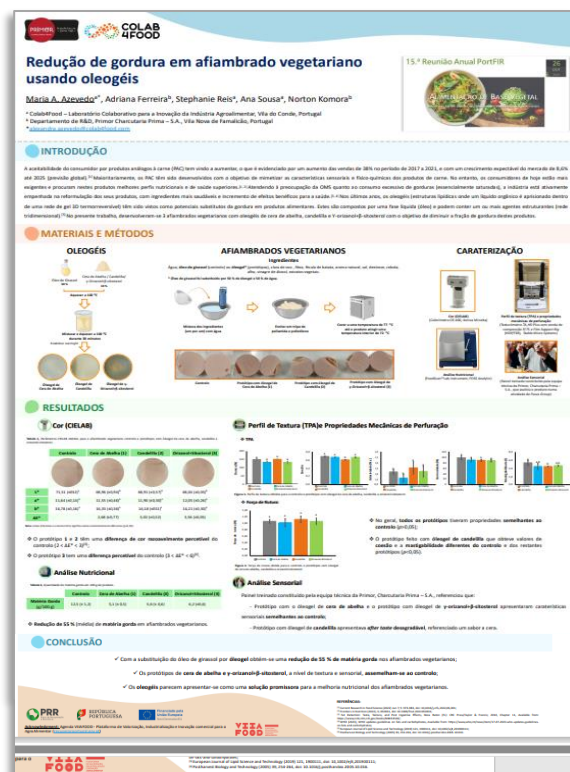
A Sessão de Abertura da 15.ª Reunião Anual PortFIR foi presidida pelo Dr. Fernando de Almeida, Presidente do Conselho Diretivo do INSA, e contou com a presença da Doutora Maria da Graça Dias, Coordenadora da Unidade de Observação e Vigilância, do Departamento de Alimentação e Nutrição, do INSA.

As Sessões da Manhã e da Tarde da Reunião Anual PortFIR integraram diversas comunicações orais, intercaladas com momentos de discussão/debate, abertos aos participantes, sobre diferentes temas, nomeadamente: as características nutricionais dos produtos/dietas de base vegetal e os possíveis impactos na saúde da população; os hábitos e consumos de alimentos de base vegetal verificados numa amostra da população portuguesa, no âmbito do estudo nacional VeggieNutri; a importância da transição para sistemas e dietas alimentares mais saudáveis e sustentáveis, com foco nos alimentos à base de plantas; os principais desafios e oportunidades que se colocam à produção agrícola e à indústria nesta matéria; as possíveis abordagens para promover uma alimentação de maior base vegetal; e qual poderá ser o impacto desta alimentação no ambiente, na saúde e, igualmente, no custo para os consumidores.

A Reunião Anual foi enriquecida com a realização de uma mesa redonda, intitulada *“A comida do futuro deve ser saudável, segura, sustentável... e à base de plantas?”*, e com a apresentação de dois trabalhos científicos selecionados pelo Júri PortFIR.

É, ainda, de realçar a apresentação do novo Grupo de Trabalho PortFIR - Grupo de Trabalho para Apoio à Tabela da Composição de Alimentos (GTTCA), onde foi divulgada a proposta de Termos de Referência, não só com o propósito de dar a conhecer o Grupo e de assinalar a reativação da atividade dos Grupos de Trabalho PortFIR como também de apelar à participação/integração de mais potenciais interessados e à partilha de informação.

Na Sessão de Encerramento procedeu-se, como é habitual, ao anúncio do melhor poster submetido à 15.ª Reunião Anual PortFIR, tendo sido eleito o trabalho intitulado *“Redução de gordura em afiambros vegetarianos usando oleogéis”*, da autoria da equipa composta por Maria Alexandra Azevedo^{a)}, Adriana Ferreira^{b)}, Stephanie Reis^{a)}, Ana Sousa^{a)} e Norton Komora^{b)} [a)Colab4Food - Laboratório Colaborativo para a Inovação da Indústria Agroalimentar; e b)Departamento de R&D, Primor Charcutaria Prima - S.A.]. O prémio ao melhor poster teve o patrocínio da Associação Portuguesa de Nutrição (APN).



Melhor poster da 15.ª Reunião Anual PortFIR.

Resumos e Posters submetidos

Foram submetidos 20 resumos à 15.^a Reunião Anual PortFIR, tendo sido todos aceites pelo Júri PortFIR para apresentação no formato de poster. Conforme referido anteriormente, estes trabalhos encontram-se [disponíveis online](#) (Google Drive) para consulta.

Alimentação de base vegetal: Saúde e Sustentabilidade

Gabriela Assis; Maria João Lino; Maria João Neves

Variação natural dos teores de tiamina e riboflavina em diferentes genótipos de arroz

Maria Faustino, Cristina Flores, Tiago Lourenço, M. Margarida Oliveira

Redução de gordura em afiambrado vegetariano usando oleogéis

Maria A. Azevedo, Adriana Ferreira, Stephanie Reis, Ana Sousa, Norton Komora

Promover a redução do desperdício alimentar de hortícolas no ensino primário: Resultados do projeto RODA

Vidinha D., Nunes C., Brito A., Solá A., Rosa B., Moura D., Ferreira F., Sousa I., Luz M., Grelha P.

Avaliação da bioacessibilidade in vitro de compostos bioativos antioxidantes em molho fermentado à base de tomate imaturo

N. Pereira, E. M. Gonçalves, M. Abreu

Avaliação da qualidade pós-colheita de diferentes genótipos de framboesa

A. C. Ramos, N. Pereira, A. Soares, M. Abreu, E. M. Gonçalves, F.R. Luz, P.B. Oliveira

A pegada de carbono das refeições habituais vegetarianas e não-vegetarianas em Portugal: uma estimativa, comparação e análise

Maria Carolina de Freitas Mesquita; Miguel Atanásio Lopes Carvalho

Alimentos prontos para consumo no mercado português - Teores de sal e açúcar em 2023

Carla Gaspar, Andreia Lopes, Roberto Brazão, M. Graça Dias, Paulo Fernandes

Caracterização Nutricional de Fermentados de Casca de Melão (*Cucumis melo L.*): Fermentação Lática e Alcoólica

Mariana S. Domingues, Mafalda A. Silva, Helena S. Costa, Tânia G. Albuquerque

Determinação da atividade antioxidante, compostos fenólicos e flavonoides totais em frutos vermelhos e hortícolas de folha verde

Salgado N., Silva M.A., Figueira M.E., Costa H.S., Albuquerque T.G.

Estudo da fração proteica da polpa de café

M. Machado, S. Maia, S. Machado, J. Lobo, M.B.P.P. Oliveira, H. Ferreira, R.C. Alves

Conhecimento, percepção e atitude de pessoas com Diabetes Tipo 2 perante as dietas baseadas em produtos de origem vegetal

R.T. Ribeiro, L. Ribeiro, D. do Ó, M. Sequeira, A. Charvet, M. Mourre, J.F. Raposo

Do leite às bebidas vegetais: diferentes origens, os mesmos contaminantes

Marta Leite, Andreia Freitas

Análise nutricional de frutos e sementes de *Dialium guineense* (veludo), *Parkia biglobosa* (farôba) e *Andansonia digitata* (cabaceira) originais da Guiné

Manuela Lageiro, Andreia Soares, Ana Partidário

Perspetiva geral sobre a biodisponibilidade de proteínas de origem vegetal

Cláudia S.G.P. Pereira, Miguel A. Prieto, M. Beatriz P.P. Oliveira

Projeto EQVEGAN: cursos de curta duração para inovação e reforço de competências sobre produtos de base vegetal na indústria alimentar

Goreti Botelho, Carla Rodrigues, Nuno Ferreira, Ivo Rodrigues, Rui Costa

Potencialidade dos Recursos Marinhos na Alimentação dos Portugueses

Miguel Caetano, Rui Ganhão, Joaquina Pinheiro

Avaliação da qualidade microbiológica de amostras de alimentos prontos para consumo vendidos em instalações ambulantes na região de Lisboa

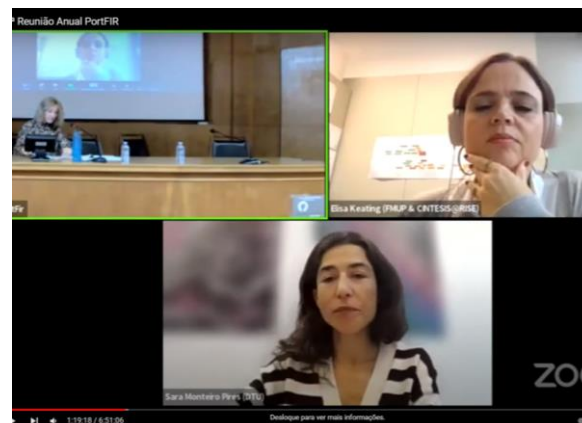
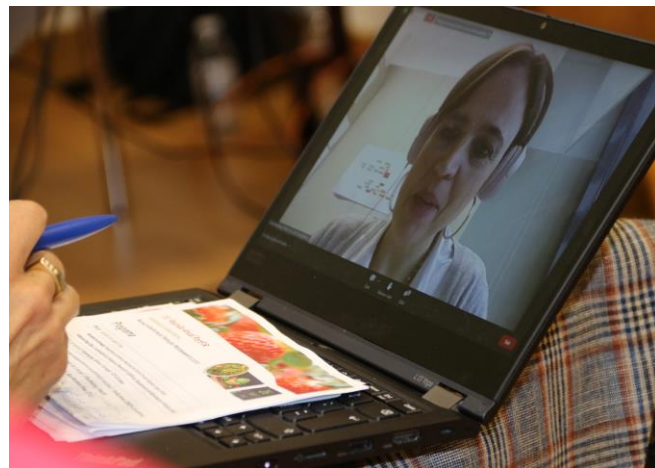
M. J. Barreira, S. Marcos, C.V. Flores, T.T. Lopes, I.B. Moura, C.B. Correia, M. Saraiva, R. Batista

Estudo comparativo das características bioativas de farinhas de leguminosas

M. C. Moreira, A. Soares, N. Pereira, A. C. Ramos, M. Abreu, G. Pereira, F. Peres, E. M. Gonçalves

Effect of substrate composition on the mineral content of *Pleurotus ostreatus*

M. Silva, M. Abreu, A. C. Ramos, F. Reboredo, E. M Gonçalves







Avaliação da qualidade microbiológica de amostras de alimentos prontos para consumo vendidos em instalações ambulantes na região de Lisboa

Laboratório de Microbiologia do
Departamento de Alimentação e Nutrição
Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge

Maria João Barreira
26 Outubro 2023

REPUBLICA PORTUGUESA SNS INSTITUTO NACIONAL DE SAÚDE



Inquérito de Avaliação do Grau de Satisfação

À semelhança da edição anterior, e conforme já referido, a **15.ª Reunião Anual PortFIR decorreu em formato híbrido**, presencialmente no Auditório do INSA, e online, através do ZOOM e do Canal de Youtube do INSA.

O questionário de avaliação do grau de satisfação foi dirigido a 79 participantes que estiveram presencialmente no Auditório do INSA e a 276 participantes presentes online, através do ZOOM, dos quais responderam cerca de 63,7% (226 respondentes). Como indicado anteriormente, não foi possível incluir os participantes que acompanharam o evento através do Youtube.

As três principais áreas de atividade profissional indicadas pelos respondentes foram: *“Clínica/Nutrição/Dietética”* (39,8%), *“Investigação/estudo”* (30,1%) e *“Consultoria e Serviços/Produtos”* (6,2%).

Considerando a totalidade de respondentes, **15,5% pertencem às Redes PortFIR**, distribuídos da seguinte forma:

Rede Portuguesa Sobre Composição de Alimentos (RPCA) – 8,0%

Rede Portuguesa Sobre Informação Microbiológica de Alimentos (RPIMA) – 3,1%

Rede Portuguesa Sobre Contaminação Química de Alimentos (RPCQA) – 4,4%

Relativamente aos principais aspetos da **Organização da 15.ª Reunião Anual PortFIR**, os resultados da avaliação do grau de satisfação foram os seguintes:

Modo como teve conhecimento do evento: 69,5% - Muito satisfeitos; 27,4% - Satisfeitos; 1,8% - Pouco satisfeitos; e 1,3% - Não aplicável

Data do evento: 72,6% - Muito satisfeitos; 24,8% - Satisfeitos; 1,8% - Pouco satisfeitos; e 0,9% - Não aplicável

Acesso ao INSA: 55,3% - Muito satisfeitos; 17,3% - Satisfeitos; e 27,4% - Não aplicável

Acesso *online*: 64,2% - Muito satisfeitos; 14,2% - Satisfeitos; 0,9% - Pouco satisfeitos; 0,4% - Insatisfeitos; e 20,4% - Não aplicável

Condições da sala: 38,1% - Muito satisfeitos; 12,8% - Satisfeitos; e 49,1% - Não aplicável

Transmissão do evento: 68,1% - Muito satisfeitos; 15,5% - Satisfeitos; e 16,4% - Não aplicável

Duração do evento: 73,9% - Muito satisfeitos; 25,7% - Satisfeitos; e 0,4% - Insatisfeitos

A apreciação global dos respondentes quanto à **Organização do evento** foi a seguinte:

Organização do evento: 77,1% - Muito satisfeitos; 22,1% - Satisfeitos; 0,4% - Pouco Satisfeitos; 0,4% - Insatisfeitos

No que se refere à avaliação ao **Conteúdo científico da 15.^a Reunião Anual PortFIR**, os principais resultados foram os seguintes:

Escolha do Tema: 74,8% - Muito satisfeitos; e 25,2% - Satisfeitos

Apresentações: 66,4% - Muito satisfeitos; 32,7% - Satisfeitos; e 0,9% - Pouco satisfeitos

Debate/Discussões: 59,7% - Muito satisfeitos; 37,2% - Satisfeitos; 2,7% - Pouco satisfeitos; e 0,4% Insatisfeitos

Oradores: 67,3% - Muito satisfeitos; 31,9% - Satisfeitos; e 0,9% - Pouco satisfeitos

Moderadores: 64,6% - Muito satisfeitos; 34,1% - Satisfeitos; e 1,3% - Pouco satisfeitos

Interesse nos assuntos abordados: 73,9% - Muito satisfeitos; 24,8% - Satisfeitos; e 1,3% - Pouco satisfeitos

Mais-valia a nível profissional: 58,4% - Muito satisfeitos; 40,3% - Satisfeitos; e 1,3% - Pouco satisfeitos

Resposta às dúvidas colocadas: 50,0% - Muito satisfeitos; 47,3% - Satisfeitos; 1,8% - Pouco Satisfeitos; e 0,9% Insatisfeitos

Divulgação do PortFIR: 61,1% - Muito satisfeitos; 36,7% - Satisfeitos; e 2,2% - Pouco satisfeitos

Conteúdo científico dos posters: 49,6% - Muito satisfeitos; 49,1% - Satisfeitos; 0,9% - Pouco satisfeitos; e 0,4% - Insatisfeitos;

A apreciação global dos respondentes ao **Conteúdo científico da Reunião Anual** foi a seguinte:

Conteúdo científico do evento: 69,9% - Muito satisfeitos; 29,6% - Satisfeitos; e 0,4% - Pouco satisfeitos

O grau de **satisfação global** dos respondentes em relação à **15.^a Reunião Anual PortFIR** foi o seguinte:

Avaliação global da Reunião: 76,1% - Muito satisfeitos; 23,0% - Satisfeitos; e 0,9% Pouco satisfeitos

No questionário foi solicitado o envio de opiniões/sugestões sobre a 15.ª Reunião Anual PortFIR e sobre temas a serem abordados nas próximas edições do evento bem como de melhorias a serem implementadas nas futuras organizações. Foram, ainda, pedidos contributos para a continuidade das atividades dos Grupos de Trabalho do PortFIR. Apresentam-se, em seguida, algumas das respostas recebidas:

- Principais opiniões relativas à 15.ª Reunião Anual PortFIR e sugestões de melhoria:

- i) *“É importante haver tempo para o debate. Poderá existir um trade-off entre mais apresentações ou mais profundidade no debate das apresentações. É importante o/a moderador/a ter perguntas caso a plateia não tenha, para fazer aos/às oradores/as. Até para desbloquear o debate. O tempo não deve ser uma justificação para apressar os debates.”*
- ii) *“Garantir cumprimento do tempo nas sessões (sendo que só existiu um atraso num dos tópicos).”*
- iii) *“Maior representação do sector privado (indústria alimentar, agricultores/produtores).”*
- iv) *“Adorei a temática, embora sejam muito breves.”*
- v) *“Estava tudo excelente.”*
- vi) *“Foi muito bom desde os temas apresentados como a sua duração.”*
- vii) *“A temática foi extremamente relevante e conteúdo debatido muito equilibradamente entre os participantes.”*
- viii) *“Mais tempo para questões.”*
- ix) *“A organização do evento é ótima! ...15 minutos cada apresentação está ótimo.”*
- x) *“Creio que o tempo para a colocação de perguntas /debate deveria ser alargado em algumas situações.”*
- xi) *“Não entendo que seja necessário melhorar, estava tudo muito bem organizado.”*
- xii) *“Foi uma sessão bastante interessante onde temáticas sobre a Alimentação foram abordadas levando a uma discussão muito enriquecedora bastante interessante.”*

- xiii) *"Tendo em conta que a esmagadora maioria dos oradores não cumpre o tempo preconizado para a sua apresentação, reduzir o nº de oradores de forma a que não haja constrangimento com atrasos. Deixo a sugestão para uma revisão mais específica das apresentações, principalmente quando ao rigor científico e da linguagem."*
- xiv) *"Evento incrível, deveria ser reforçada a importância do cumprimento do tempo das apresentações, tirando esse percalço, foi muito bom assistir ao evento tendo em conta a pertinência dos temas abordados."*
- xv) *"Talvez tentar conseguir maior envolvimento da classe política nestes eventos. Necessário haver intervenção política para que se consiga atingir os objetivos pretendidos."*
- xvi) *"Mais debates."*
- xvii) *"20 min para alguns temas."*
- xviii) *"Tal como referido na avaliação da reunião anterior, a possibilidade de resposta a questões dos participantes online foi insuficiente (creio que 2/3 questões durante todo o evento), mesmo em situações em que a moderadora disponibilizou essa oportunidade."*
- xix) *"Teria sido gentil considerarem as questões que foram sendo colocadas pela assistência online, em vez de apenas considerarem as questões de quem estava presente no INSA."*
- xx) *"Evento adequado quer em termos de organização, quer em termos de duração. Temas da atualidade que cruzam saberes das diferentes áreas do sistema alimentar - à semelhança do que aconteceu com a 14ª Reunião Anual."*
- xxi) *"Creio que apenas faltou mais presença industrial. Gostei do evento, achei super interessante a temática mas senti ser algo mais académico por haver pouca presença da indústria."*
- xxii) *"Sendo que falámos de alimentação de base vegetal e esta opção no refeitório ser tão boa, natural e saudável, seria expectável que mais participantes a escolhessem neste dia do evento. O que não foi o caso, do que pude observar. Assim, sugeria que fizessem um dia por semana, a começar por estes eventos, em que a opção oferecida aos participantes seja a de base vegetal."*

- Propostas de temas para as próximas edições da Reunião Anual PortFIR:

- i) *"Fraude alimentar."*
- ii) *"Impacto do glúten e caseína na nutrição humana."*
- iii) *"Temas sempre associados à alimentação e nutrição."*
- iii) *"Micologia na área oncológica."*
- iv) *"Mais eventos sobre o mesmo tema."*
- v) *"Importância dos dados para a avaliação do risco."*
- vi) *"Segurança Alimentar/Análise rótulos."*
- vii) *"Alimentação saudável/ custo/ produtos. Todos os temas sobre a alimentação."*
- viii) *"Seria interessante abordarem as doenças cancerígenas e não só ligadas à alimentação."*
- ix) *"O tema do fornecimento das refeições nas cantinas escolares, e da continuação da permanência das máquinas de vending nas escolas, da permanência de produtos alimentares de má qualidade nos bares das escolas. O que podemos fazer para que os alunos adiram à refeição escolar em vez de procurar alimentos nas imediações das escolas...."*
- x) *"Explicar as inovações da tabela de composição de alimentos."*
- xi) *"Alimentação em idade escolar."*
- xii) *"Toxinfecções alimentares; Intolerâncias alimentares."*
- xiii) *"Perfil nutricional de produtos de modo de produção biológico versus modo de produção convencional e avaliação do seu impacto na saúde do consumidor. Intervenções de educação alimentar em ambiente escolar."*
- xiv) *"Alimentos saudáveis para ajudar na artrite reumatoide e outras doenças."*
- xv) *"Segurança Alimentar."*
- xvi) *"Temas relacionados com Nutrição e Alimentação Humana."*
- xvii) *"Um dos temas que deveriam abordar mais seria com relação ao meio ambiente, falar mais da saúde do planeta terra."*
- xviii) *"Suplementos alimentares."*

- xix) *"...a importância de lermos os rótulos, contrariando a tendência de nos guiarmos apenas pelos "semáforos nutricionais" pois só aprofundam a iliteracia no que diz respeito à compreensão da informação sobre o que comemos...."*
- xx) *"Agricultura regenerativa, alimentação com base vegetal, como fazer a transição."*
- xxi) *"O tema das "plant-based diets" poderá ter continuação nas reuniões PortFIR devido à sua pertinência e relevância atual."*
- xxii) *"Organizar o programa de forma a permitir um número mínimo de interações para quem está à distância, cujo número e critérios de aceitação poderão ser previamente definidos e anunciados para cada bloco, promovendo uma gestão mais inclusiva."*

- Sugestões para a continuidade dos trabalhos do PortFIR e/ou ações benéficas a serem implementadas:

- i) *"Maior divulgação."*
- ii) *"Divulgação da contaminação química e de plásticos nos alimentos."*
- iii) *"Divulgação tabela produtos mais consumidos e os mais aconselhados."*
- iv) *"Explicar as inovações da tabela de composição de alimentos."*
- v) *"Alimentos necessários em determinadas doenças."*
- vi) *"A Tabela de Composição dos Alimentos deverá incluir tempeh e seitan."*
- vii) *"Realização de mais eventos e se possível que eles sejam presenciais."*
- viii) *"Capacitar (ex workshops) sobre sustentabilidade alimentar, análise específica de grupos de alimentos."*
- ix) *"Ter dados sobre os efeitos de uma alimentação com base vegetal na infância, assim como, os efeitos a longo prazo na saúde física e mental na adoção de uma atitude holística aliado a este tipo de alimentação."*

15.ª Reunião Anual PortFIR

ALIMENTAÇÃO DE BASE VEGETAL

BALANÇO ENTRE NUTRIÇÃO, PRODUÇÃO, PROCESSAMENTO E CUSTO



26
OUT
2023

Programa

09h30 SESSÃO DE ABERTURA

Fernando de Almeida | Presidente do Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA)

Maria da Graça Dias | Coordenadora da Unidade de Observação e Vigilância, Departamento de Alimentação e Nutrição (INSA)

SESSÃO DA MANHÃ | Moderadora: Mónica Truninger _ICS-ULisboa

10h00 Alimentação de base vegetal é sempre sinónimo de alimentação saudável? _Emília Alves (CBIOS-ULusófona)

10h15 Dietas vegetarianas em Portugal: o hábito faz o monge? _Elisa Keating (FMUP)

10h30 Impacto da transição para dietas à base de vegetais _Sara Monteiro Pires (DTU)

10h45 Discussão

11h00 Intervalo

11h20 Transição para sistemas alimentares sustentáveis: desafios e oportunidades na produção agrícola _Luís Martins (Food4Sustainability CoLAB)

11h35 Inovação e desafios tecnológicos em produtos alimentares à base de plantas _Elsa Gonçalves (INIAV)

11h50 Discussão

12h00 Apresentação do novo Grupo de Trabalho para Apoio à Tabela da Composição de Alimentos, do programa PortFIR _Andreia Lopes (DAN - INSA)

12h15 Almoço

SESSÃO DA TARDE | Moderadora: Susana Fonseca (ZERO - Associação Sistema Terrestre Sustentável)

14h00 Abordagens integradas para promover uma alimentação de maior base vegetal _João Graça (UG / ICS-ULisboa)

14h15 Dietas de base vegetal: o seu impacto no planeta, na saúde e na carteira dos consumidores _Daniel Pais (UBI)

14h30 Discussão

14h40 **Mesa-Redonda - A comida do futuro deve ser saudável, segura, sustentável... e à base de plantas?**
Ana Gomes (ESB-UCP), Ana Leonor Perdigão (Nestlé), Joana Oliveira (AVP), Ricardo Assunção (EM)

15h30 Promover a redução do desperdício alimentar de hortícolas no ensino primário: Resultados do projeto RODA _Duarte Vidinha (Centro de Saúde de Faro | ACES Algarve I - Central) *_(Trabalho selecionado pelo Júri PortFIR)*

15h40 Avaliação da qualidade microbiológica de amostras de alimentos prontos para consumo vendidos em instalações ambulantes na região de Lisboa _Maria João Barreira (DAN - INSA) *_(Trabalho selecionado pelo Júri PortFIR)*

15h50 Discussão

16H00 SESSÃO DE ENCERRAMENTO com entrega do prémio ao melhor poster