



Matriz de Conteúdos 2025

Provas de Avaliação Final

Especialidades Profissionais da Ordem dos Nutricionistas

**Conselho de Especialidade
em Nutrição Comunitária e Saúde Pública**

Competência avançada geral	Competência avançada específica	Conteúdos	Referências bibliográficas
1. Monitorização e vigilância da população e dos grupos populacionais na área da saúde relacionada com a nutrição e alimentação.	1.1 - Dominar metodologias no âmbito da epidemiologia nutricional, que habilitem à conceptualização, coordenação e aplicação de procedimentos e/ou instrumentos de recolha, avaliação e interpretação de informação acerca do estado nutricional, incluindo o consumo alimentar, o balanço energético e a composição corporal.	- Métodos de avaliação do consumo alimentar ao nível nacional, familiar e individual; Aplicação dos métodos de avaliação do consumo alimentar ao nível individual em diferentes grupos e ao longo do ciclo de vida; - Métodos de avaliação do estado nutricional em populações e em indivíduos; - Sistemas de Monitorização e Vigilância: tipos e atributos; - Sistemas de vigilância em Portugal e na Europa; - Fontes de Informação em Saúde; - Inquéritos alimentares nacionais.	- Sari Edelstein. Community and Public Health Nutrition 5th Edition. Jones & Bartlett Learning, 2022. Chapter 2 -Nutrition Epidemiology: an Introduction; - Buttriss JL, Welch AA, Kearney JM, Lanham-New SA. Public Health Nutrition, 2nd ed. Wiley Blackwell, 2017. Chapter 3 – Assessment of dietary habits. - Nweze Nnakwe, Community Nutrition: Planning health promotion and disease prevention. 3rd Edition. Jones & Bartlett Learning, 2018. Chapter 2 -Nutrition Screening and assessment; - Lopes C, Torres D, Oliveira A, et al. Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física, IAN-AF 2015-2016: Relatório de resultados. Universidade do Porto, 2017. ISBN: 978-989-746-181-1. [Disponível em: www.ian-af.up.pt].
	1.2 - Identificar, avaliar, diagnosticar e monitorizar de forma sistemática os problemas alimentares e nutricionais, designadamente através de programas de vigilância, em grupos populacionais e ao longo do ciclo de vida.		
	1.3 - Analisar criticamente dados secundários em saúde, nomeadamente na seleção de indicadores e de fontes de dados relativos a estado nutricional e <i>outcomes</i> em saúde relacionados com a alimentação e nutrição.	Indicadores de saúde, em particular os relacionados com alimentação e nutrição Cálculo e interpretação de medidas de frequência, associação e impacto;	Mary A. Boyle, Community Nutrition in Action. 8th Edition. Cengage; 2022. Chapter 2 – Principles of Epidemiology.
	1.4 - Analisar, sistematizar, interpretar, reportar e comunicar tecnicamente dados/informações sobre o nível de saúde alimentar e nutricional de uma população e dos grupos que a integram.		
	1.5 - Promover, gerir e/ou integrar equipas multidisciplinares de vigilância de doenças relacionadas com a alimentação e nutrição, nomeadamente na avaliação e rastreabilidade de surtos de doenças de origem alimentar e em situações de catástrofes naturais e conflitos.	Investigação de surtos de origem alimentar; Princípios de gestão nutricional em situações de catástrofe e emergência.	Sari Edelstein. Community and Public Health Nutrition 5th Edition. Jones & Bartlett Learning 2022. Chapter 14 - Safeguarding the food supply and securing the food supply; Center for Diseases and Control (CDC). Steps in a Multistate Foodborne Outbreak Investigation. [Available at: https://www.cdc.gov/foodborne-outbreaks/investigation-steps/index.html]

Competência avançada geral	Competência avançada específica	Conteúdos	Referencias bibliográficas
2. Análise dos determinantes do consumo alimentar e do efeito da alimentação /nutrição na saúde	2.1 - Identificar determinantes do consumo alimentar e insegurança alimentar, nomeadamente os biológicos, socioeconómicos, culturais, comportamentais e ambientais, incluindo dimensões de equidade em saúde.	- Determinantes biológicos, socioeconómicos, culturais, comportamentais, ambientais e comerciais do consumo alimentar; - Variação populacional dos determinantes alimentares de acordo com condições socio-económicas; - Equidade em saúde e em alimentação.	Contento I, Koch P. Nutrition education: Linking research, theory and practice. 4th ed. Jones & Bartlett Learning; 2020. Chapter 2 -Overview of Determinants of Food Choice and Dietary Change: Implications for Nutrition Education
	2.2 - Avaliar as associações entre exposições alimentares e nutricionais e o estado de saúde das populações, bem como as suas interações com outros determinantes de saúde.	- Identificação de padrões alimentares (a priori e a posteriori); - Exposições alimentares e doença crónica.	- Friesen CA. Analysis in Nutrition Research, Principles of Statistical Methodology and Interpretation of the Results. 1st ed. Academic Press. 2019. Chapter 4 – Dietary Patterns. - Buttriss JL, Welch AA, Kearney JM, Lanham-New SA. Public Health Nutrition, 2nd ed. Wiley Blackwell; 2017. Part three – Diet and disease.
	2.3 - Analisar, sistematizar, interpretar, reportar e comunicar tecnicamente dados/evidência científica sobre os determinantes dos padrões alimentares e os efeitos da alimentação nos <i>outcomes</i> em saúde e bem-estar.		
3. Desenvolvimento de políticas alimentares e nutricionais.	3.1 - Dominar os fundamentos normativos em saúde pública e em políticas de saúde relacionadas com a alimentação e nutrição.	- Etapas do ciclo de formulação de políticas públicas em alimentação e nutrição; - Papel dos Nutricionistas no Processo Político. Ferramentas e estratégias de advocacia e influência no processo político; - PNPAS 2022-2030: objetivo do Programa, eixos estratégicos, enquadramento político e técnico, instrumentos e abordagens de atuação, monitorização e avaliação, populações prioritárias, papel dos nutricionistas.	- Mary A. Boyle, Community Nutrition in Action. 8th Edition. Cengage; 2022. Chapter 7 - The art and science of policymaking. - Direção-Geral da Saúde. Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável 2022–2030. Lisboa: Ministério da Saúde; 2022. Disponível em: https://nutrimento.pt/wp-content/uploads/2023/03/DGS_PNPAS_202230_02_03_23.pdf
	3.2 - Identificar, consultar e envolver as partes interessadas e parceiros-chave.		
	3.3 - Planear, implementar, gerir e avaliar políticas alimentares e nutricionais e programas de intervenção comunitária intersectoriais, que integrem toda a cadeia alimentar e as suas relações e interações com a saúde pública, a nível local, regional, nacional e internacional.		
	3.4 – Advogar estrategicamente, com a finalidade de influenciar para o compromisso com o desenvolvimento e implementação de políticas de saúde pública.		

Competência avançada geral	Competência avançada específica	Conteúdos	Referencias bibliográficas
4. Desenvolvimento de recomendações alimentares e nutricionais.	4.1 - Definir recomendações alimentares e nutricionais, incluindo guias alimentares, para a população e grupos específicos, tendo em conta as necessidades e baseadas em evidência científica.	- Metodologia para o desenvolvimento de Diretrizes Alimentares Baseadas em Alimentos; Etapas do processo de elaboração de recomendações alimentares desenvolvido pela EFSA: Princípios orientadores e Ligação com políticas públicas. - Guia alimentar nacional: justificação e metodologia do desenvolvimento.	- EFSA Panel on Dietetic Products, Nutrition, and Allergies (NDA); Scientific Opinion on establishing Food-Based Dietary Guidelines. EFSA Journal 2010; 8(3):1460. [42 pp.]. doi:10.2903/j.efsa.2010.1460. https://efsa.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.2903/j.efsa.2010.1460 - Rodrigues SS, Franchini B, Graça P, de Almeida MD. A new food guide for the Portuguese population: development and technical considerations. J Nutr Educ Behav. 2006 May-Jun;38(3):189-95. doi: 10.1016/j.jneb.2006.01.011. PMID: 16731455. - Direção-Geral da Saúde. (2016). Guia Alimentar Mediterrânico – Fundamentação e Desenvolvimento. Lisboa: Direção-Geral da Saúde. Disponível em: https://alimentacaosaudavel.dgs.pt/wp-content/uploads/2020/01/Guia-Alimentar-Mediterrânico---Fundamentação-e-Desenvolvimento.pdf
	4.2 - Monitorizar e avaliar a adesão às recomendações alimentares e nutricionais, bem como os resultados de saúde associados, e ajustar as intervenções conforme necessário para otimizar os resultados.		
	4.3- Comunicar as recomendações alimentares e nutricionais direcionadas a comunidades e à população.		
Competência avançada geral	Competência avançada específica	Conteúdos	Referencias bibliográficas
5. Planeamento de programas de intervenção comunitária em saúde, nomeadamente na área da alimentação e nutrição.	5.1 - Planear e coordenar programas de intervenção comunitária, utilizando diferentes fontes de informação, nomeadamente de monitorização e vigilância.	- Diagnóstico da Situação. Princípios Básicos de levantamento de necessidades: Desenvolvimento de um plano e levantamento de dados subjetivos e objetivos; - Metodologias de recolha de dados de uma população alvo; Questões relacionadas com recolha de dados.	- Mary A. Boyle. Community Nutrition in Action. 8th Edition. Cengage; 2022. Chapter 4 - Community Needs Assessment.; - Nweze Nnakwe. Community Nutrition: Planning health promotion and disease prevention. 3rd Edition. Jones & Bartlett Learning; 2018. Chapter 12 - Principles of Planning Effective Community Nutrition Programs; - Emílio Imperatori e Maria do Rosário Giraldes. Metodologia do Planeamento da Saúde. 3.ª Edição. Escola Nacional de Saúde Pública; 1993. Capítulo 5 - Diagnóstico da Situação;

Matriz de Conteúdos 2025

CONSELHO DE ESPECIALIDADE DE NUTRIÇÃO COMUNITÁRIA E SAÚDE PÚBLICA

	5.2 - Estabelecer parcerias adequadas à implementação de programas de intervenção comunitária com entidades cuja atividade é relevante para a saúde.	Gerar e Sistematizar Ideias; Identificar Fontes de Recursos; Candidaturas a Financiamentos; Identificar Potenciais Parceiros.	- Mary A. Boyle. Community Nutrition in Action. 8th Edition. Cengage; 2022. Chapter 19 - Building Grantsmanship Skills; - Nweze Nnakwe. Community Nutrition: Planning health promotion and disease prevention. 3rd Edition. Jones & Bartlett Learning; 2018. Chapter 14 - Acquiring Grantsmanship Skills;
	5.3 - Identificar e gerir serviços e recursos necessários para o desenvolvimento, implementação e avaliação dos programas de intervenção comunitária.	Planear com Sucesso; Etapas do Processo de Planeamento de Programas; Definição de Prioridades; Fixação de Objetivos; Seleção de Estratégias; Racional da Distribuição de Recursos; Disseminação do Programa.	- Mary A. Boyle. Community Nutrition in Action. 8th Edition. Cengage; 2022. Chapter 5 - Program Planning for Success; - Nweze Nnakwe. Community Nutrition: Planning health promotion and disease prevention. 3rd Edition. Jones & Bartlett Learning; 2018. Chapter 12 - Principles of Planning Effective Community Nutrition Programs; - Emílio Imperatori e Maria do Rosário Giraldes. Metodologia do Planeamento da Saúde. 3.ª Edição. Escola Nacional de Saúde Pública; 1993. Capítulos: 7- Definição de Prioridades; 8 - Fixação de Objetivos; 9 - Seleção de Estratégias; 10 - Bases para a distribuição de recursos num sistema público de saúde;
	5.4 - Dominar métodos e ferramentas de avaliação dos programas de intervenção comunitária.	Elaboração de Programas e Projetos; Importância da Avaliação de Programas; Quem Avalia; Tipos de Avaliação; Avaliação como Instrumento de Planeamento; Processo de Avaliação; Níveis de Avaliação; Avaliação de Indicadores; Avaliação de Qualidade.	- Mary A. Boyle. Community Nutrition in Action. 8th Edition. Cengage; 2022. Chapter 5 - Program Planning for Success; - Nweze Nnakwe. Community Nutrition: Planning health promotion and disease prevention. 3rd Edition. Jones & Bartlett Learning; 2018. Chapter 12 - Principles of Planning Effective Community Nutrition Programs; - Emílio Imperatori e Maria do Rosário Giraldes. Metodologia do Planeamento da Saúde. 3.ª Edição. Escola Nacional de Saúde Pública; 1993. Capítulos: 12 - Elaboração de Programas e Projetos; 15 - Avaliação;

Matriz de Conteúdos 2025

CONSELHO DE ESPECIALIDADE DE NUTRIÇÃO COMUNITÁRIA E SAÚDE PÚBLICA

	5.5 - Desenvolver estratégias de comunicação no âmbito da implementação e avaliação de programas de intervenção comunitária.	Desenvolver Planos de Marketing; Desenvolver Estratégias de Marketing; Segmentação em Marketing; Marketing Social; Campanhas Comunitárias Focadas na Mudança; Marketing Social ao Nível Comunitário; Abordagens de Saúde Pública; Desinformação.	- Mary A. Boyle. Community Nutrition in Action. 8th Edition. Cengage; 2022. Chapter 17 - Marketing Nutrition and Health Promotion; - Nweze Nnakwe. Community Nutrition: Planning health promotion and disease prevention. 3rd Edition. Jones & Bartlett Learning; 2018. Chapter 17 - Marketing Nutrition Programs and the Role of Food Industry in Food Choice;
	5.6 - Desenvolver linhas orientadoras para a organização, disseminação e gestão de campanhas e de conteúdos para materiais pedagógicos na área da educação alimentar e nutricional.	Aplicar Princípios Pedagógicos no Desenho de Programas e Intervenções; Princípios de Aprendizagem no Ciclo da Vida; Desenvolver um Programa de Educação Nutricional.	- Mary A. Boyle. Community Nutrition in Action. 8th Edition. Cengage; 2022. Chapter 16 - Principles of Nutrition Education; - Nweze Nnakwe. Community Nutrition: Planning health promotion and disease prevention. 3rd Edition. Jones & Bartlett Learning; 2018. Chapter 16 - Principles of Nutrition Education;
Competência avançada geral	Competência avançada específica	Conteúdos	Referencias bibliográficas
6. Intervenção comunitária no âmbito da alimentação e nutrição.	6.1 - Conceber, promover, liderar e participar em programas de educação para a saúde, no domínio da educação alimentar e nutricional, dirigidos a indivíduos no contexto das suas famílias, comunidades e culturas, em todas as fases do ciclo de vida. 6.2 - Promover a saúde e prevenir a doença em indivíduos e grupos, quer diretamente, quer através da gestão de referência para outros serviços, consoante as necessidades de saúde e os recursos disponíveis. 6.3 - Assegurar consultoria a entidades governamentais e ao poder local, em programas de promoção de saúde, nomeadamente nos processos de mudanças dos contextos e ambientes em que as populações se encontram inseridas. 6.4 - Propor alterações a intervenções comunitárias, com base em resultados da avaliação de programas e/ou recomendações nacionais e/ou internacionais de entidades competentes.	- O conceito de comunidade e a prevenção em saúde pública; Níveis de prevenção; - Estratégias de promoção da saúde - individuais e populacionais; - Contexto histórico e evolução dos programas de promoção da saúde - os casos do Canadá, EUA e Portugal; - Programas de educação para a saúde no ciclo de vida e em populações vulneráveis; Intervenção a nível ambiental, individual e nos serviços de saúde em articulação com os outros setores da sociedade; - O Nutrition Care Process na comunidade; - A importância e eficácia da educação alimentar; Cultura, liderança e comunicação; - Teorias e modelos de suporte à promoção da saúde e alteração do comportamento alimentar; - Alinhamento com programas locais, nacionais e internacionais; - Ética na intervenção comunitária.	- Nweze Nnakwe, Community Nutrition: Planning health promotion and disease prevention. 3rd Edition. Jones & Bartlett Learning, 2018. Chapters 1, 4, 8, 9, 10, 11, 13, 15, 16. - Boyle M. Community nutrition in action. 8th ed. Cengage; 2021. - Contento I, Koch P. Nutrition education: Linking research, theory and practice. 4th ed. Jones & Bartlett Learning; 2020. - European Food and Nutrition Action Plan 2015-2020. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. - Programa Nacional Promoção Alimentação Saudável. Direção Geral da Saúde, 2022-2030.

Competência avançada geral	Competência avançada específica	Conteúdos	Referencias bibliográficas
7. Intervenção em segurança, sustentabilidade e qualidade alimentar.	7.1 - Conceber e implementar normas e procedimentos na área da segurança, qualidade e sustentabilidade alimentar.	- Conceito e princípios de segurança dos alimentos (<i>food safety</i>) e segurança alimentar (<i>food security</i>). - Avaliação e gestão de risco alimentar. - Vigilância alimentar e nutricional: instrumentos e indicadores para monitorização populacional.	- WHO global strategy for food safety 2022–2030: towards stronger food safety systems and global cooperation. Geneva: World Health Organization; 2022. Available at: https://www.who.int/publications/i/item/9789240057685 - Arlene J. Spark. Nutrition in public health: principles, policies, and practice. CRC Press, Taylor & Francis Group; 2007. Chapter 15 Food Safety and Defense.
	7.2 - Desenvolver planos de gestão que incluam a análise e monitorização de risco populacional para uma alimentação segura e nutricionalmente adequada.	- Critérios de adequação nutricional e alimentar (<i>diet quality</i>) para grupos populacionais. - Sistemas de rotulagem enquanto instrumento para avaliação da adequação e escolha informada.	- Gail C. Frank. Community nutrition - applying epidemiology to contemporary practice. 2nd Edition. Jones & Bartlett Publishers; 2008. Chapter 2 - Nutrition in the United States, and Chapter 6 - Food.borne illness. - Mary A. Boyle. Community Nutrition in Action. 8th Edition. Cengage; 2022. Chapter 7 - A National Nutrition Agenda for the Public's Health
	7.3 - Participar em programas de combate ou prevenção da insegurança alimentar	- Determinantes e consequências da insegurança alimentar. - Estratégias de combate à insegurança alimentar. - Programas nacionais e internacionais de prevenção/ combate da insegurança alimentar.	- Mary A. Boyle. Community Nutrition in Action. 8th Edition. Cengage; 2022. Chapter 10 - Food Insecurity and the Food Assistance Programs, and Chapter 14 - Global Food and Nutrition Security: Challenges and Opportunities. - Nweze Nnakwe. Community Nutrition: Planning health promotion and disease prevention. 3rd Edition. Jones & Bartlett Learning; 2018. Chapter 4 - U.S. Nutrition Monitoring and Food Assistance Programs, and Chapter 7 - Public Health Nutrition: An international Perspective
	7.4.- Avaliar o impacto dos sistemas alimentares na sustentabilidade ambiental, social e económica.	- Conceito de sistema alimentar e de cadeia alimentar. - Impactos dos sistemas alimentares a nível ambiental, social e económico. - Pegada ecológica dos sistemas alimentares e outros indicadores de sustentabilidade alimentar. - Conceito e práticas de alimentação sustentável e dieta planetária	- Sustainable healthy diets – Guiding principles. Rome: FAO and WHO; 2019. Available at: https://openknowledge.fao.org/handle/20.500.14283/ca6640en - EAT-Lancet Commission. Summary Report of the EAT-Lancet Commission. Available at: https://eatforum.org/eat-lancet-commission/eat-lancet-commission-summary-report/ J. Poore, T. Nemecek. Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. Science 360,987-992(2018).DOI:10.1126/science.aaq0216 - Halpern, B.S., Frazier, M., Verstaen, J. et al. The environmental footprint of global food production. Nat Sustain 5, 1027–1039(2022). DOI:10.1038/s41893-022-00965-x

Competência avançada geral	Competência avançada específica	Conteúdos	Referencias bibliográficas
8. Gestão de Serviços, equipas e planos	8.1 - Definir, planear, organizar, supervisionar e avaliar as atividades de um Serviço, designadamente um Serviço de nutrição.	- As Quatro Funções da Gestão; Tipos de Planeamento de Gestão; Modelos de Estruturas Organizativas; Liderança e Autoridade; Dimensões Estratégica, Executiva e de Liderança; Controlo Diretivo. - O processo de Implementação Operacional; Controlo Financeiro e Orçamental; Gestão de Informação; Determinação de funções; Gestão de Recursos Humanos; Motivação de Colaboradores. - Modelos Motivacionais; Motivação e Aprendizagem; Comunicação com Colaboradores; Gerir de Tarefas e de Tempo.	- Mary A. Boyle. Community Nutrition in Action. 8th Edition. Cengage; 2022. Chapter 18 - Managing Community Nutrition Programs. Community Nutrition; - Nweze Nnakwe. Community Nutrition: Planning health promotion and disease prevention. 3rd Edition. Jones & Bartlett Learning; 2018. Chapter 12 -Principles of Planning Effective Community Nutrition Programs; - Juan António Pérez López. Fundamentos da direção de empresas. 5.ª Edição. AESE Business School; 2021. Capítulos: 1 – A empresa como realidade humana; 2 – A Motivação Humana; 3 – A Teoria Antropológica da Motivação; 8 – As Funções da Direção; 17 – Execução do Propósito;
	8.2 - Dominar técnicas de priorização de objetivos e procedimentos operacionais e ferramentas de monitorização de indicadores relativos à atividade do Serviço.		
	8.3 - Gerir equipas tendo em consideração políticas organizacionais, legislação aplicável e técnicas motivacionais e de promoção de saúde laboral.		
	8.4 - Planear, coordenar e gerir atividades no âmbito de planos, programas ou projetos, nomeadamente na área da nutrição comunitária e saúde pública.		
9. Investigação	9.1 Identificar, selecionar e aplicar métodos apropriados de investigação na área da Nutrição comunitária e Saúde Pública	- Conceito de epidemiologia nutricional - Tipologia de estudos epidemiológicos: experimentais e observacionais; - Identificação dos principais erros em estudos epidemiológicos: viéses de seleção e informação; - Métodos de amostragem e cálculo do tamanho amostral. - Estatística básica para análise de dados - Análise de variabilidade em epidemiologia nutricional	- Mary A. Boyle. Community Nutrition in Action. 8th Edition. Cengage; 2022. Chapter 2 - Principles of Epidemiology. - Nweze Nnakwe. Community Nutrition: Planning health promotion and disease prevention. 3rd Edition. Jones & Bartlett Learning; 2018. Chapter 3 - Nutritional Epidemiology and Research Methods. - Buttriss JL, Welch AA, Kearney JM, Lanham-New SA. Public Health Nutrition. 2nd Edition. Wiley Blackwell; 2017. Chapter 2 – Nutritional Epidemiology. - Julie A. Lovegrove, Leanne Hodson, Sangita Sharma, Susan A. Lanham-New. Nutrition Research Methodologies. John Wiley & Sons; 2015. Chapter 7 - Methods of Data Analysis
	9.2. Documentar, fundamentar e publicar os resultados da investigação, mesmo aqueles que contrariem as hipóteses de investigação inicialmente previstas.	- Estrutura de um artigo científico. - Princípios de revisão da literatura e utilização de bases de dados científicas. - Investigação multidisciplinar vs. interdisciplinar: conceitos e práticas. - Princípios de ética em investigação e integridade científica	- Nweze Nnakwe. Community Nutrition: Planning health promotion and disease prevention. 3rd Edition. Jones & Bartlett Learning; 2018. Chapter 3 - Nutritional Epidemiology and Research Methods, and Chapter 15 - Ethics and Nutrition Practice, and Chapter 14 - Acquiring Grantsmanship Skills. - Recommendations for the Conduct, Reporting, Editing, and Publication of Scholarly Work in Medical Journals. International Committee of Medical Journal Editors (ICMJE), updated april 2025. Available at: www.icmje.org/icmje-recommendations.pdf
	9.3. Integrar grupos multi e interdisciplinares de investigação, em áreas direta e indiretamente relacionadas com a nutrição e alimentação.		

APROVADO EM REUNIÃO DO CONSELHO DE ESPECIALIDADE EM: 22 de maio de 2025

Presidente

Carla Lopes | 0005N

Secretário

Hugo de Sousa Lopes | 0024N

Vogais

Patrícia Padrão | 0335N

Raquel Arteiro | 0437N

Ana Teresa Madeira | 0730N