

DOCENTE: **Ana Sofia Silva**, diplomada em Naturopatia e portadora de cédula profissional; Formadora nas áreas de Fitoterapia, Nutrição Ortomolecular e Oligoelementos; Participação em vários seminários e ainda como oradora em Congressos de Medicina Natural.

CARGA HORÁRIA: 54 horas (lectivas e não lectivas). Estas horas incluem aulas presenciais e estudo acompanhado.

HORÁRIO: O curso irá realizar-se em regime presencial aos sábados, das 10h00 às 13h00 e, das 14h às 17h.

DATAS: 15 e 29 outubro 2022; 12 e 26 novembro; 17 dezembro; 7 e 21 janeiro 2023; 4 e 18 fevereiro 2023

PREÇÁRIO: 350€ (valor curso s/ IVA) + 40€ (valor de inscrição inicial, s/ IVA).

O valor do curso poderá ser pago em **5 mensalidades de 70€ (valor sem IVA)**.

O interessado deverá formalizar a sua inscrição através do pagamento da inscrição, no valor de **40€** e do valor da 1ª mensalidade, no valor de **70€**, até ao dia 25 de março de 2022, por transferência bancária para o **NIB: PT50 003502060000866910092**, cujo titular é Liliana Alexandra Silva Roque. A validação da inscrição é feita após o envio do comprovativo da transferência, para o email **aromacare.maia@gmail.com**

POPULAÇÃO ALVO: Estudantes; Profissionais de Saúde; Técnicos de Medicina Natural; Farmacêuticos; público em geral

PRÉ-REQUISITOS: 12ºano

OBJECTIVOS GERAIS

Pretende-se que no final dos módulos de Plantas Medicinais, o formando seja capaz de:

- Saber conceitos importantes inerentes à Fitoterapia (estudo de plantas medicinais)
- Conhecer as monografias das principais plantas com atividade medicinal (Indicações, contraindicações, precauções no uso);
- Aplicar os conhecimentos teóricos adquiridos através da resolução, em aula, de casos clínicos;
- Conhecer as formas de utilização e respetiva recomendação de acordo com a patologia apresentada.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO DESENVOLVIDO

Módulo I

- Introdução ao módulo, conceitos gerais
- Conceito e breve história da Fitoterapia
- Fitoterapia na atualidade
- Diretivas da OMS relativamente aos produtos fitoterapêuticos
- Princípios activos das plantas
- Normas de obtenção, colheita e conservação
- Preparações galénicas

Módulo II

- As algas
 - Tipos de algas
 - Principais indicações, contra-indicações, efeitos secundários
 - As algas na culinária
 - As algas nos suplementos

Módulo III

- Monografias das plantas mais usadas nos sistemas: Nervoso e Respiratório
 - Principais indicações, contra-indicações e efeitos secundários
 - As plantas medicinais na suplementação

Módulo IV

- Monografias das plantas mais usadas nos sistemas: Gastro-intestinal e Hepato-biliar
 - Principais indicações, contra-indicações e efeitos secundários
 - As plantas medicinais na suplementação

Módulo V

- Monografias das plantas mais usadas nos sistemas: Endócrino e Osteo-articular
 - Principais indicações, contra-indicações e efeitos secundários
 - As plantas medicinais na suplementação

Módulo VI

- Monografias das plantas mais usadas nos sistemas: Cardiovascular e Geniturinário
 - Principais indicações, contra-indicações e efeitos secundários
 - As plantas medicinais na suplementação

APOIO DOCUMENTAL

O aluno terá disponível, via email, o manual de apoio à formação em PDF e os Powerpoints dados em aula se o desejar, sem prejuízo da obrigatoriedade de consulta da Bibliografia recomendada.

BIBLIOGRAFIA

- Proença da Cunha, A., Pereira da Silva, A., Rodrigues Roque, O. (2ª edição-2006). *Plantas e produtos vegetais em fitoterapia*. Lisboa, Fundação Calouste Gulbenkian
- Proença da Cunha, A., Teixeira, F., Pereira da Silva, A., Rodrigues Roque, O. (2007). *Plantas na Terapêutica Farmacologia e Ensaio Clínicos*. Lisboa, Fundação Calouste Gulbenkian
- Proença da Cunha, A. (2005). *Farmacognosia e fitoquímica*. Lisboa, Fundação Calouste Gulbenkian
- Duke, James A. (2004). *Farmácia Verde*. Lisboa, Publicações Europa-América, Lda
- Fernández Súa, C. (2003). *Algas do Atlântico*. Pontevedra, Algamar
- Manuila, L., Manuila, A., Lewalle, P., Nicoulin M. (3ª edição-2004). *Dicionário Médico*. Lisboa, Climepsi editores
- Serra B. *Gran enciclopedia de las plantas medicinales*. Madrid, Tikal ediciones.

NOTA: Para inscrições e mais informações contactar o nr **910728803**, o mail aromacare.maia@gmail.com e o site www.aromacare.pt.

Morada Aromacare: Travessa Engenheiro Duarte Pacheco, nr 120, 5ºandar, sala 29, Maia.