Pós-graduação em

EMAGRECIMENTO E HIPERTROFIA

Duração do curso: 12 meses | Carga horária: 390 horas

DISCIPLINAS DISPONÍVEIS

Sugestão de estudos: Conclusão de módulo a cada 90 dias.
Avaliações ao final de cada módulo

CRONOGRAMA

RECONHECIDO PELO MEC

Nutrição e Emagrecimento

Fisiopatologia da obesidade
Interpretação de exames bioquímicos e alterações hormonais
Crononutrição e emagrecimento
Eixo intestino-cérebro, microbiota e modulação intestinal
Papel do exercício no emagrecimento e cálculo das necessidades calóricas
Regulação Neuroendócrina do Consumo Alimentar

Estratégias Voltadas ao Emagrecimento

Aspectos Práticos na Elaboração de Dietas de Emagrecimento
Comportamento Alimentar e Ferramentas Práticas
Estratégias Nutricionais no Emagrecimento
Suplementação e Fitoterapia Voltada ao Emagrecimento
Nutrição na Cirurgia Bariátrica

Nutrição e Hipertrofia

Exercício de força e adaptações neuromusculares
Fisiologia do Exercício
Hormônios e Hipertrofia: Adaptação, Respostas e Modulação Endócrina
Análise de exames laboratoriais
Avaliação da Composição Corporal

Estratégias Voltadas à Hipertrofia

Cálculo das necessidades energéticas e distribuição de macronutrientes
Suplementação, fitoterapia e recursos ergogênicos
Elaboração de estratégias nutricionais personalizadas
Estratégias nutricionais e suplementação para hipertrofia em idosos
Prescrição para Dietas Vegetarianas e Veganas
Terapias hormonais e estratégias nutricionais

Atuação Prática e Intervenções Personalizadas

Pilares de um Atendimento de Excelência
Marketing e Comunicação
Estudos de Caso em Emagrecimento e Hipertrofia
Prática Simulada em Atendimento Clínico
Nutrigenética e Nutrigenômica no Emagrecimento e Hipertrofia

Atualizado em 20/02/2026