

## Pacote de Orientações Nutricionais - Cookie Nutrição 2022

Alimentos e Refeições	Clínica Diária	Clínica Específica	Esportiva, Emagrecimento e Estética	Mulher, materno e infantil
Alimentação saudável	Ácido úrico e gota	Alterações de paladar e apetite - quimio	Acne	Adolescentes - refeições
Comer com atenção plena	Ansiedade - orientações gerais	Alterações na boca e garganta - quimio	Alopecia androgenética	Adolescentes - orientações gerais
Como montar seu prato	Ansiedade - orientação nutricionais	Anemia megaloblástica	Anorexia - familiares 1	Alergia à proteína do leite
Compra/ preparo de refeições em casa	Artrite reumatoide	Anticoagulantes	Anorexia - familiares 2	Amamentação natural
Contaminantes nos alimentos	Azia/ gastrite/ úlcera/ refluxo	Cirroose	Anorexia - paciente	Anemia ferropriva
Fontes de cálcio	Câncer - prevenção	Colite ulcerativa - fase aguda	Barriga	BLW
Fontes de cobre	Colesterol ou triglicérides	Colite ulcerativa - fase de remissão	Bulimia - familiares 1	Candidíase vaginal
Fontes de ferro	Constipação intestinal	Cuidados hig. sanitários - imunodeprimidos	Bulimia - familiares 2	Cáries - prevenção primária
Fontes de fósforo	Covid 19 - recuperação	Diarreia	Bulimia - paciente	Cáries - prevenção secundária
Fontes de iodo	Depressão	Dieta sem resíduos	Câimbras	Climatério e perimenopausa
Fontes de magnésio	Diabetes mellitus - orientações autocuidado	Diverticulite	Celulite	Cólicas em bebês
Fontes de manganês	Diabetes mellitus - orientações de rotina	Diverticulose	Cirurgia bariátrica - pós-operatório	Crianças de dois anos acima
Fontes de potássio	Diabetes mellitus - orientações nutricionais	Doença de crohn	Cirurgia bariátrica - pré-operatório	Crianças menores de dois anos
Fontes de selênio	Disbiose intestinal	Ferro/ ferritina alta	Cirurgia plástica - pós-operatório	Desmame - foco na mãe
Fontes de sódio	Enxaqueca e cefaleia	Fibrose cística	Cirurgia plástica - pré-operatório	Desmame e introdução alimentar
Fontes de vitamina A	Esteatose hepática	Fodmaps - alimentos moderados	Colágeno - cuidados no uso	Desnutrição e baixo peso
Fontes de vitamina B1	Estresse emocional - orientações gerais	Fodmaps - alimentos pobres	Definição muscular	Diabetes gestacional
Fontes de vitamina B2	Estresse emocional - orientações nutricionais	Fodmaps - alimentos ricos	Endurance e treinos	Endometriose - nutrientes
Fontes de vitamina B3	Fatores antinutricionais	Ganho de peso em adultos	Fadiga e cansaço físico	Endometriose - orientações gerais
Fontes de ácido pantotênico	Flatulência	Idosos – para acompanhantes	Fraqueza ou tontura	Fenilcetonúria
Fontes de vitamina B6	Helicobacter pylori	Idosos - orientações gerais	Hidratação em provas longas	Galactosemia
Fontes de ácido fólico	Hemorroidas	Idosos - orientações nutricionais	Hipertrofia muscular	Gestantes - ervas proibidas
Fontes de vitamina B12	Hipertensão arterial	Insuficiência cardíaca - orientações gerais	Pele - agentes agressores	Gestantes - incômodos gástricos
Fontes de vitamina C	Hipertireoidismo	Insuficiência cardíaca - complicações	Pele - agentes protetores	Gestantes - orientações gerais
Fontes de vitamina D	Hipotiroidismo	Insuficiência renal - conservador	Pele - Melasma e fotoproteção	Gestantes - incômodos comuns
Fontes de vitamina E	Hipovitaminose A	Insuficiência renal - dialítico	Retenção hídrica	Intolerância à frutose
Fontes de vitamina K	Hipovitaminose D	Insuficiência renal - preparo dos alimentos	Sobrepeso - como amar seu corpo	Intolerância à lactose
Fontes de zinco	Imunidade/ estresse / inflamação - nutrientes	Insuficiência renal - sódio, potássio e fósforo	Sobrepeso - comer fora	Lactante
Fontes de micronutrientes - resumo	Imunidade/ oxidativo/ inflamação - gerais	Litíase biliar	Sobrepeso - comportamentais gerais	Obesidade infantil
Fontes de ômega-3	Imunidade/ oxidativo/ inflamação -refeições	Litíase renal	Sobrepeso - comp. alimentares	Osteoporose
Fontes de triptofano	Insônia	Náuseas e vômitos - quimioterapia	Sobrepeso - períodos festivos	Pre-eclâmpsia
Higienização de hortaliças e frutas	Intolerância ao glúten	Pancreatite	Sobrepeso - orientações nutricionais	SOP
Índice glicêmico	Libido	Sarcopenia em idosos	Unhas e cabelos	TPM
	Vegetarianismo		Véspera de provas e competições	Tentantes