

Update 2026: Suplementação sem filtro – direto da ciência para a sua prática

Aqui, a mesa é científica, a conversa é honesta e o cuidado é real

DATA: 28 de agosto (sexta-feira)

LOCAL: Hotel Pestana - R. Tutóia, 77 - Jardim Paulista, São Paulo - SP

07:00 - 08:00 (CREENCIAMENTO)

8:30 - 09:30 (ABERTURA) A realidade da suplementação no consultório - você está prescrevendo o que funciona ou o que o paciente quer ouvir?

Moderadora

Sueli Longo (confirmado)

Palestrantes:

Gustavo Duarte Pimentel (confirmado)

Lara Natacci (confirmado)

Valéria Machado (confirmado)

Abertura e ambientação

Condução: Sueli Longo

a) O impacto do marketing na prática clínica e como manter a ética no centro

Palestrante: Gustavo Duarte Pimentel

- Suplementos que “viralizam” x evidência científica real
- Quando a fórmula é boa, mas o paciente não precisa
- Como lidar com o “paciente que já chega prescrevendo”

b) Expectativa x realidade: quando o paciente quer emagrecer com cápsulas e o nutricionista quer tratar comportamento

Palestrante: Lara Natacci

- Como acolher sem reforçar o mito da “solução rápida”
- Pressão estética, redes sociais e adesão ao plano alimentar
- Estratégias para dizer “não” sem perder o paciente

c) Prescrições em consultório: quando a demanda é legítima, mas o raciocínio está enviesado

Palestrante: Valéria Machado

- Suplementos populares: colágeno, magnésio, whey, probióticos
- A importância do “por quê”, “para quem” e “por quanto tempo”
- Como documentar, justificar e reavaliar

d) Discussão

10:30 - 10:45 (INTERVALO)

10:45 - 11:45 (NA PRÁTICA) Multivitamínico, ômega-3 e vitamina D: quando, quanto e para quem de verdade? - Apoio Nestlé

Palestrante: Ana Beatriz Batistella

11:45 - 12:45 (ESPAÇO RESERVADO)

12:45 - 13:15 (NA PRÁTICA) Suplementação para mulheres: TPM, ciclo menstrual, climatério e fertilidade – o que funciona e como prescrever

Coordenador: Giliane Belarmino

Palestrante: Tassiane Alvarenga

Perguntas e respostas

13:15-14:15 (INTERVALO PARA ALMOÇO)

14:15 - 15:15 (ESPAÇO RESERVADO)

15:15-16:00 (MESA REDONDA) Os suplementos mais prescritos em consultório: e agora?

Moderadora:

Gustavo Pimentel

Palestrantes:

Eric Slywitch

Valéria Machado

- **Foco:** Creatina, colágeno, magnésio, proteína, probiótico, whey, coenzima Q10
- **Dilemas discutidos:**
 - *Quando indicar creatina para não-atletas?*
 - *O paciente quer colágeno: o que responder com base em evidência? Qual a diferença entre eles?*
 - *Qual magnésio usar? E quando parar?*
 - *Probiótico é sempre necessário? Qual cepa, por quanto tempo?*
 - *Coenzima Q10: quando indicar? E para quem?*
 - *Whey isolado, hidrolisado ou concentrado? Como orientar?*