



UAlg

UNIVERSIDADE DO ALGARVE

ART ICU LAR PARA IN TER VIR

**Ações para o
Desenvolvimento Regional**

27 janeiro 2016 | Escola de Hotelaria e Turismo do Algarve | Faro

Em 2013, num trabalho conjunto com a Ordem dos Nutricionistas e o Instituto Nacional de Investigação Agrária, organizou-se um ciclo de seminários, que contaram com a presença de participantes das diversas temáticas abordadas - entre 100 e 150 cada um.



SEMINÁRIO INAUGURAL

A Dieta Mediterrânica em Portugal: Cultura, Alimentação e Saúde

Universidade do Algarve - Campus de Gambelas - Edifício 8 - Auditório Verde

22 de março de 2013

Cerimónia de Abertura (9.30h – 10.15h):

Reitor da Universidade do Algarve - **João Guerreiro**
Coordenador da Candidatura Portuguesa da Dieta
Mediterrânica a Património Cultural Imaterial da
Humanidade da UNESCO - **Vitor Barros**

Presidente da Câmara Municipal de Tavira - **Jorge
Botelho**

Presidente da Comissão de Coordenação e
Desenvolvimento Regional do Algarve - **David
Santos**

Secretário de Estado da Alimentação e da
Investigação Agroalimentar - **Nuno Vieira e Brito**

Conferência de abertura (10.15h-11.00h)

O mediterrâneo como espaço cultural

Cláudio Torres, Campo Arqueológico de Mértola

TEMA 1 – Dieta Mediterrânica: património cultural imaterial

Moderador: Anabela Romano, UAlg

11.30h: Identidade alimentar mediterrânica de
Portugal e do Algarve

Maria Manuel Valagão, Instituto de
Estudos de Literatura Tradicional da
Universidade Nova de Lisboa

12.00h: Território, patrimónios e museu: Tavira
comunidade representativa de Portugal
Jorge Queiroz, Câmara Municipal de Tavira

12.30h: O suporte ecológico da DM
Fernando Pessoa, Presidente da Secção
Regional da APAP

Debate

TEMA 2 – Produção alimentar: agricultura, pesca e produtos da dieta mediterrânica

Moderador: Catarina Cruz, CCDR Algarve

14.30h: Os produtos do mar: património biológico e
pescas

José Pedro Andrade, Universidade do
Algarve

15.00h: As produções agrícolas da DM e o Algarve
Margarida Costa, Direção Regional de
Agricultura e Pescas do Algarve

15.30h: Comercialização de produtos
mediterrânicos do Algarve
Conceição Cabral e Silva, Quinta do Freixo

Debate

TEMA 3 – Saúde e nutrição humana

Moderador: Ana de Freitas, UAlg

16.30h: Contributos da dieta mediterrânica para a
definição de uma política alimentar em
Portugal

Pedro Graça, Direção Geral de Saúde

17.00h: Aspetos nutricionais e alimentares da dieta
mediterrânica: existem particularidades na
região do Algarve?

Maria Palma Mateus, Universidade do
Algarve

17.30h: Dieta mediterrânica, saúde cardiovascular e
estilos de vida saudáveis
Jacinto Gonçalves, Fundação Portuguesa
de Cardiologia

Debate



Dieta Mediterrânica

1º Ciclo de Seminários

SEMINÁRIO: A Dimensão Cultural da Dieta Mediterrânica

17 de maio de 2013

Universidade do Algarve - Campus de Gambelas - Edifício 8 - Auditório Verde

NO ÂMBITO DA CANDIDATURA A PATRIMÓNIO CULTURAL IMATERIAL DA HUMANIDADE



Sessão de Abertura (9.30h – 10.00h):

Universidade do Algarve – **Anabela Romano**
Câmara Municipal de Tavira – **Luís Nunes**
Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional do Algarve – **David Santos**
Direção Regional de Cultura do Algarve - **Dália Paulo**

Conferência de abertura

10.00h: **Culturas mediterrâneas y sistema alimentário: continuidades, imaginarios y nuevos desafíos**
Isidoro Moreno, Universidade de Sevilha

Pausa

TEMA 1 – Dieta Mediterrânica e a História da Alimentação

Moderador: Dália Paulo, Direção Regional de Cultura do Algarve

11.00h: Domesticação e difusão: as origens da dieta mediterrânica

António Faustino Carvalho, Universidade do Algarve

11.20h: A afirmação da trilogia alimentar mediterrânica

João Pedro Bernardes/Luís Filipe Oliveira, Universidade do Algarve

11.40h: A viagem das plantas: o impacto dos descobrimentos na dieta mediterrânica

Rui Manuel Loureiro, Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes

12.00h: Mecanização da agricultura no sul de Portugal – impactos sociais e culturais

Constantino Piçarra, Universidade Nova de Lisboa, Instituto de História Contemporânea

Debate

TEMA 2 – Práticas sociais e saberes da Dieta Mediterrânica

Moderador: J.P. Bernardes, Universidade do Algarve

14.30h: A alimentação na literatura oral
José Joaquim Dias Marques, Universidade do Algarve

14.50h: Paisagens literárias da dieta mediterrânica
Ana Isabel Queiroz, Universidade Nova de Lisboa/IELT

15.10h: Entre o céu e a terra. Astros, ciclos agrícolas e rituais festivos
Catarina Oliveira, CIIPC – C.M. Vila Real de Santo António

15.30h: Comunidades piscatórias da Ria Formosa – o arraial Ferreira Neto
Armando Reis Moura, geólogo e biólogo, investigador do património marítimo.

Debate

Pausa

TEMA 3 – Dieta Mediterrânica entre a tradição e a inovação

Moderador: Jorge Queiroz, C.M. Tavira/ CN da Candidatura Transnacional da Dieta Mediterrânica a PCI da Humanidade

16.30h: Práticas e saberes tradicionais, fruições turísticas atuais
Carla Almeida, Universidade do Algarve

16.50h: Inovação na cozinha mediterrânica
Margarida Guerreiro, Cooking.Lab

17.10h: Comer saúde – cozinhar com prazer e arte
Augusto Lima, Quinta dos Vales

Debate

17.45h: Encerramento



Dieta Mediterrânica 1º Ciclo de Seminários

NO ÂMBITO DA CANDIDATURA A PATRIMÓNIO CULTURAL MATERIAL DA HUMANIDADE

SEMINÁRIO: Território, Agricultura e Pescas

12 de julho de 2013

Universidade do Algarve - Campus de Gambelas - Edifício 8 - Auditório Verde

Sessão de Abertura (9.30h – 10.00h):

Universidade do Algarve – **João Guerreiro**
Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional do Algarve – **David Santos**
Direção Regional de Agricultura e Pescas do Algarve – **Fernando Severino**
Câmara Municipal de Tavira – **Jorge Botelho**

Conferência de abertura

10.00h: **Território, Paisagem e Dieta Mediterrânica**
José Brito, CCDR Algarve

Pausa

TEMA 1 – Investigação e desenvolvimento em produtos mediterrânicos

Moderador: Vítor Barros, Instituto Nacional de Investigação Agrária e Veterinária (INIAV)

11.00h: Citrinos do Algarve - frutos com história e com sumo

Amílcar Duarte, Universidade do Algarve

11.20h: Integração de tratamentos convencionais e emergentes na conservação e promoção da qualidade de produtos hortofrutícolas

Marta Abreu, INIAV

11.40h: As plantas aromáticas e medicinais (PAM) na dieta mediterrânica: porquê, quando e como?

Maria Elvira Ferreira, INIAV

11.50h: A utilização de plantas aromáticas e silvestres na cozinha algarvia

Margarida Costa, DRAP Algarve

12.00h: O lugar das leguminosas numa dieta nutricionalmente equilibrada

Isabel Duarte e Teresa Carita, INIAV

Debate

TEMA 2 – Produtos Tradicionais

Moderador: Fernando Severino, Diretor Regional de Agricultura e Pescas do Algarve

15.00h: Aquacultura como opção nutricional sustentável

Maria Teresa Dinis, Universidade do Algarve

15.20h: Variedades tradicionais de fruteiras algarvias com interesse para a agricultura portuguesa

António Marreiros, DRAP Algarve

15.40h: Prospeção da variabilidade de castas antigas do Algarve

João Costa, DRAP Algarve

16.00h: Diferenciação de produtos locais

Miguel Costa, DRAP Algarve

Debate

Pausa

TEMA 3 – Produção, comercialização e consumo

Moderador: Nidia Braz, Universidade do Algarve

17.00h: Circuitos curtos de produção e consumo e Levantamento de variedades tradicionais de sementes no interior do Algarve

Ana Arsénio, Associação “In Loco”

17.20h: Os cereais num contexto de uma dieta saudável

Carla Brites, INIAV

17.40h: Azeite: os benefícios de um alimento para além do prazer dos sentidos

Ana Partidário, INIAV

Debate

18.30h: Encerramento

Organização:



Apoio:



ualg.pt

Para mais informações: csdm2013@ualg.pt

Dieta Mediterrânica

1º Ciclo de Seminários

NO ÂMBITO DA CANDIDATURA A PATRIMÓNIO
CULTURAL IMATERIAL DA HUMANIDADE

25 de outubro de 2013

SEMINÁRIO: Estilos de Vida, Alimentação e Saúde

Universidade do Algarve - Campus de Gambelas - Edifício 8 - Auditório Verde



9.30H | SESSÃO DE ABERTURA

João Guerreiro – Reitor da Universidade do Algarve

Alexandra Bento – Bastonária da Ordem dos Nutricionistas

David Santos – Presidente da Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional do Algarve

Jorge Botelho – Presidente da Câmara Municipal de Tavira

Nuno Vieira e Brito – Secretário de Estado da Alimentação e da Investigação Agroalimentar

10.00H | PADRÃO ALIMENTAR DO MEDITERRÂNEO E O ACESSO A ALIMENTOS SAUDÁVEIS

Moderador: **Vítor Barros**, Coordenador da Candidatura Portuguesa da Dieta Mediterrânica a Património Cultural Imaterial da Humanidade da UNESCO

Orador: **Pedro Graça**, Direção Geral da Saúde

10.45H | Pausa

11.15H | DIETA MEDITERRÂNICA: VANTAGENS PARA A SAÚDE

Moderador: **Nídia Braz**, Universidade do Algarve

11.15h: Dieta Mediterrânica, Estilos de Vida e Saúde

Maria Manuel Valagão, Instituto de Estudos de Literatura Tradicional da Universidade Nova de Lisboa

11.30h: Asma

Renata Barros, Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

11.45h: Doenças Cardiovasculares

Carla Lopes, Faculdade de Medicina da Universidade do Porto/Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto

12.00h: Cancro

Paula Ravasco, Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa

12.15h: Obesidade

Teresa Sancho, Administração Regional de Saúde do Algarve

14.30H | POLÍTICAS DE PROMOÇÃO DA DIETA MEDITERRÂNICA

Moderador: **Pedro Graça**, Direção Geral da Saúde

Orador: **Luís Serra-Majem**, Fundación Dieta Mediterránea

15.15H | DIETA MEDITERRÂNICA – DADOS DE ESPANHA

Moderador: **Manuel Carrageta**, Fundação Portuguesa de Cardiologia

Orador: **Anna Bach**, Fundación Dieta Mediterránea

16.00H | Pausa

16.30H | DIETA MEDITERRÂNICA – DADOS DE PORTUGAL

Moderador: **Ana Freitas**, Universidade do Algarve

Orador: **Sara Rodrigues**, Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

17.15H | ADESAO AO PADRÃO ALIMENTAR MEDITERRÂNICO

Moderador: **Anabela Romano**, Universidade do Algarve

Orador: **Maria Palma Mateus**, Universidade do Algarve

18.30H | CONCLUSÕES/ENCERRAMENTO

A DIETA MEDITERRÂNICA EM PORTUGAL:

CULTURA, ALIMENTAÇÃO E SAÚDE



UNIVERSIDADE DO ALGARVE
FARO 2014

FICHA TÉCNICA

EDITOR

Anabela Romano

REVISÃO

Silvia Faísca

DESIGN

Ludovico Silva

EDIÇÃO

Universidade do Algarve

IMPRESSÃO E ENCADERNAÇÃO

Gráfica Comercial

ISBN

978-989-8472-51-9

DEPÓSITO LEGAL

379792/14

TIRAGEM

500

CRÉDITOS

Museu de Marinha – Imagem da capa, exemplar conservado na Biblioteca Estense (Modena, Itália)
Arquivo Fotográfico da Câmara Municipal de Tavira – pp. 100–101

AUTORES

Ana Partidário
António Faustino Carvalho
António Marreiros
Armindo Rosa
Artur Rodrigues
Carla Alegria
Carla Almeida
Carla Brites
Catarina Oliveira
Celestino Soares
Elsa Gonçalves
Fernando Santos Pessoa
Inês Carretero
Isabel Duarte
Isabel Monteiro
Isidoro Moreno
João Costa
João Pedro Bernardes
Joaquim Pinheiro
Jorge Queiroz
José Catarino
José Entrudo
José Fernando
José Tomás
Luís Filipe Oliveira
Margarida Costa
Maria da Conceição Cabral e Silva
Maria Elvira Ferreira
Maria Manuel Valagão
Maria Mendes
Maria Palma Mateus
Marta Abreu
Nidia Ramos
Paula Ravasco
Pedro Graça
Pedro Neves
Teresa Carita



Universidade do Algarve **SEMANA DA DIETA MEDITERRÂNICA**

Participação na Feira da Dieta Mediterrânica
Centro da cidade de Tavira

HORÁRIOS:

5 SETEMBRO 18h00 > 00h00
6 SETEMBRO 10h00 > 00h00
7 SETEMBRO 10h00 > 21h00

**Colóquio " Investigação sobre Dieta Mediterrânica
na Universidade do Algarve"**

**Palestra "Diz-me o que comeste e dir-te-ei quem foste" – Recursos
animais nas dietas do passado** (Profª, Doutora Mª João Valente)

2 SETEMBRO 19h00
Ermida de S. Sebastião – Tavira

**Lançamento do livro "A Dieta Mediterrânica em Portugal: Cultura,
Alimentação e Saúde"**

6 SETEMBRO 19h30
Stand da UAlg na Feira da Dieta Mediterrânica

Receitas Tradicionais Algarvias e Alimentação Mediterrânica

5, 6 e 7 SETEMBRO
Stand da UAlg na Feira da Dieta Mediterrânica

Organizado em
colaboração com a
Comissão de
Coordenação e
Desenvolvimento
Regional do Algarve, a
Região de Turismo do
Algarve, a Direção
Regional de Cultura do
Algarve e a Câmara
Municipal de Tavira
- 150 participantes

DIETA  EDITERRÂNICA
Algarve / Portugal
Comunidade Representativa Tavira



4º Seminário da Dieta Mediterrânica: Estratégias de Salvaguarda

13 e 14 novembro 2015

Universidade do Algarve

Auditório Verde – Edifício 8, *Campus* de Gambelas



13 de novembro

9:30

Sessão de abertura

António Branco (Reitor da Universidade do Algarve)
Rogério Bacalhau (Presidente da Câmara Municipal de Faro)
David Santos (Presidente da CCDR Algarve)
Desidério Silva (Presidente da Região de Turismo do Algarve)
Jorge Botelho (Presidente da Comunidade Intermunicipal do Algarve,
Presidente da Câmara Municipal de Tavira)
Alexandra Gonçalves (Diretora Regional de Cultura do Algarve)

10:00

Conferência de abertura por Joan Reguant (Fundación Dieta Mediterránea)

10:45

Intervalo para café

11:15

1º Painei

Mesa redonda /Debate – Como poderemos contribuir para o Plano de Salvaguarda e valorização da Dieta Mediterrânica?

Moderador: **João Bernardes** (Universidade do Algarve)
David Santos (Presidente da CCDR Algarve)
Desidério Silva (Presidente da Região de Turismo do Algarve)
Jorge Botelho (Presidente da Comunidade Intermunicipal do Algarve, Presidente da Câmara Municipal de Tavira)
João Moura Reis (Presidente da Administração Regional de Saúde do Algarve)
Fernando Severino (Diretor Regional de Agricultura e Pescas do Algarve)
Alexandra Gonçalves (Diretora Regional de Cultura do Algarve)

Com a participação especial dos Membros do Grupo de Acompanhamento para a Salvaguarda e Promoção da Dieta Mediterrânica (GADM):

Vitor Barros (Coordenador do GADM)
Ana de Freitas (Universidade do Algarve)
Paulo Costa (Diretor do Museu Nacional de Etnologia)
Alexandra Bento (Bastonária da Ordem dos Nutricionistas)
Jacinto Gonçalves (Vice- Presidente da Fundação Portuguesa de Cardiologia)
Rui Lima (Direção-Geral de Educação)
António Cerca Miguel (Direção de Serviços de Assuntos Europeus e Relações Internacionais)
Jorge Queiroz (Câmara Municipal de Tavira)
José Barbieri (Projeto Memóriamedia, Museu do Património Cultural Imaterial)
Isabel Maia (Fundação Portuguesa de Cardiologia)

Com a presença de Presidentes de Câmara dos Municípios do Algarve

13.00

Almoço livre

2º Painei Moderadora: **Maria Palma Mateus** (Universidade do Algarve)

14:30

Dieta Mediterrânica: desafios para a sua salvaguarda na perspetiva cultural
Paulo Costa (Diretor do Museu Nacional de Etnologia)

15:00

A Dieta Mediterrânica – do conceito à prática em contexto de escola
Rui Lima (Direção-Geral de Educação)

15:30

Intervalo para café

3º Painei Moderadora: **Anabela Romano** (Universidade do Algarve)

16.00

Alimentos e produtos da Dieta Mediterrânica
Nidia Braz (Universidade do Algarve)

16.30

Arquitetura rural, paisagem cultural e comunidade: uma leitura para a salvaguarda
Miguel Reimão Costa (Universidade do Algarve)

17.00

A agricultura social e a Dieta Mediterrânica, a frugalidade de um compromisso para a formação do 4º sector
António Covas (Universidade do Algarve)

18:30

Apresentação do livro “Plantas silvestres comestíveis do Algarve”, da autoria de **Anabela Romano** e **Sandra Gonçalves** – Sala de Seminários da Reitoria Campus de Gambelas

14 de novembro

1º Painei Moderadora: **Catarina Cruz** (Diretora de Serviços de Desenvolvimento, CCDR Algarve)

Sessão de divulgação de programas de financiamento que poderão integrar projetos no âmbito da Dieta Mediterrânica

9:30 **Programa Operacional Regional do Algarve - CRESC ALGARVE 2020**
António Ramos (CCDR Algarve)

10:00 **Programa de Desenvolvimento Rural 2014- 2020: PDR 2020**
Impacto da aplicação dos fundos comunitários na agricultura do Algarve, 12:30
Fernando Severino (Diretor Regional da DRAP Algarve)

Investimentos na exploração agrícola no PDR 2020
Júlio Cabrita (Diretor de Serviços da DSI)

10:30 **Programas de Cooperação**
Hugo Barros (Universidade do Algarve)

11:00

Intervalo para café

2º Painei

Sessões paralelas de trabalho entre investigadores e empresas, instituições e agências de desenvolvimento

11:30 **Sustentabilidade, Inovação e Território: Litoral**

Auditório 1.8 – Edifício 8, *Campus* de Gambelas

Moderador: **Jão Fernandes** (Vice- Presidente da Região de Turismo do Algarve)

11:30 **Sustentabilidade, Inovação e Território: Serra e Barrocal**

Auditório 1.8.1 – Edifício 8, *Campus* de Gambelas

Moderador: **Desidério Silva** (Presidente da Região de Turismo do Algarve e Representante da Associação de Turismo do Algarve)

Considerações finais e encerramento

Auditório Verde – Edifício 8, *Campus* de Gambelas

Mostra de trabalhos, projetos e produtos no âmbito da Dieta Mediterrânica a decorrer no hall do auditório, no dia 13 de novembro (Entidades e empresas, Unidades Orgânicas e Centros de Investigação da UAlg)

Inscrições: www.ualg.pt



Plantas

silvestres comestíveis do Algarve

Anabela Romano
Sandra Gonçalves



Universidade do Algarve
Faro 2015

Descrição de espécies tradicionalmente mais usadas na alimentação humana, bem como algumas que, apesar de menos conhecidas, podem ser potencialmente interessantes na gastronomia contemporânea.

Na descrição das espécies, são incluídos o nome científico atual, sinonímias botânicas, nomes comuns, descrição morfológica, habitat, distribuição, época de floração, utilizações alimentares e outras.

70 espécies
silvestres,
existentes na
região do
Algarve.

Planta hispida, anual, caules de 15 a 70 cm, eretos, robustos e frequentemente ramificados; folhas basilares com 5-20 cm, pecioladas, as caulinares distais sésseis; corola rodada, azul-vivo, lobos com 8-15 mm, lanceolados, agudos; mericarpos com 7-10 mm, obovoide-oblongos

Borago officinalis L.

Família: Boraginaceae

Sinónima: *Borago officinalis* var. *saxicola* Rouy

Nomes comuns: borago, borragem, borragem-comum



Habitat: sítios ruderalizados, incultos e pousios

Distribuição: Sul e Oeste da Europa e região mediterrânica; subspontânea noutros pontos (especialmente no Centro e Este da Europa)

Época de floração: janeiro a outubro

Partes utilizadas: folhas, flores, raízes e sementes

Utilizações alimentares: as folhas podem ser utilizadas em saladas, sopas e tartes, revelando um refrescante sabor a pepino; as folhas mais tenras podem também ser incorporadas em bebidas refrescantes; as flores têm um sabor suave a mel, podem ser utilizadas na decoração de certos pratos de doçaria, colocadas em cubos de gelo para decorar bebidas, ou usadas para dar a tonalidade azul ao vinagre; as raízes cortam-se finamente e fervem-se até ficarem tenras para preparar doce; as sementes contêm um óleo rico em ácido gama-linoleico



Outras utilizações: medicinal, possui ação anti-inflamatória, diurética, antissudorífica, hipocolesterolemizante e emoliente; as folhas secas podem ser usadas como pávio; é uma planta melífera; cosmética, o óleo extraído das sementes é utilizado em tratamentos contra o envelhecimento da pele

Contra indicações: flores e folhas não devem ser usadas na gravidez devido ao conteúdo em alcalóides pirrolizidínicos

Local de observação: Faro, Pontal

Dimensões da **Dieta Mediterrânica**

PATRIMÓNIO
CULTURAL
IMATERIAL
DA
HUMANIDADE



DIETA MEDITERRÂNICA
Agência Portuguesa
Comunidade Representativa Teórica

PREFÁCIO	6
1. DUAS PERSPETIVAS E UM TESTEMUNHO	9
O Mediterrâneo, alforge de inovações	11
JOÃO GUERREIRO	
Dieta Mediterrânica: uma realidade multifacetada	19
PEDRO GRAÇA	
A Dieta Mediterrânica e a UNESCO:	29
memória breve de um reconhecimento mundial	
JORGE QUEIROZ	
2. UM MODO DE VIDA (ENTRE O CÉU E A TERRA)	49
Culturas mediterrânicas e sistemas alimentares:	51
continuidades, imaginários e novos desafios	
ISIDORO MORENO	
Entre o Céu e a Terra...	81
Astros, ciclos agrários, alimentares e festivos	
CATARINA OLIVEIRA	
3. UM PROCESSO DE FORMAÇÃO MILENAR	111
Domesticação e difusão.	113
As origens da Dieta Mediterrânea	
ANTÓNIO FAUSTINO CARVALHO	
Em torno da trilogia alimentar mediterrânea	135
JOÃO PEDRO BERNARDES	
LUÍS FILIPE OLIVEIRA	

4. UM HÁBITO DE BEM COMER	153
Identidade alimentar mediterrânica de Portugal e do Algarve	155
MARIA MANUEL VALAGÃO	
Os cereais no contexto da Dieta Mediterrânica	181
CARLA MOITA BRITES	
As plantas aromáticas e medicinais na Dieta Mediterrânica: porquê, quando e como?	197
MARIA ELVIRA FERREIRA	
5. UMA PRÁTICA DE VIDA SAUDÁVEL	217
A paisagem agrícola ao longo do tempo e a sua relação com a Dieta Mediterrânea	219
MARGARIDA COSTA	
Tradição alimentar mediterrânica, estilos de vida e saúde	241
MARIA MANUEL VALAGÃO	
Adesão ao Padrão Alimentar Mediterrânico: particularidades da região do Algarve?	263
MARIA PALMA MATEUS	
6. UM VEÍCULO DE SUSTENTABILIDADE	275
A Dieta Mediterrânica: entre a tradição e a inovação. Uma oportunidade para o rural tradicional algarvio	277
ANTÓNIO COVAS	
MARIA DAS MERCÊS COVAS	
NOTAS BIOGRÁFICAS	295



<http://hdl.handle.net/10400.1/6728>

Disponível desde 2/9/2015

Origem	Downloads	%
 Portugal	296,0	83,85
 United States	28,0	7,93
 Romania	14,0	3,97
 Brazil	4,0	1,13
? N/A	3,0	0,85
 China	2,0	0,57
 Ireland	1,0	0,28
 Japan	1,0	0,28
 United Kingdom	1,0	0,28
 France	1,0	0,28
 Belgium	1,0	0,28
 Argentina	1,0	0,28
	353,0	100,00

Origem	Consultas	%
 Portugal	531	87,05
 United States	31	5,08
 China	17	2,79
 Romania	11	1,80
 Brazil	4	0,66
 Netherlands	3	0,49
 Germany	2	0,33
 Italy	2	0,33
 France	2	0,33
 Argentina	1	0,16
 Japan	1	0,16
 United Kingdom	1	0,16
 Europe	1	0,16
 Belgium	1	0,16
 Russian Federation	1	0,16
? N/A	1	0,16
	610	100,00

Dimensions of Mediterranean Diet

WORLD
CULTURAL
HERITAGE



DIETA MEDITERRANICA
Algarve / Portugal
Comunidade Europeia - Turismo

CREDITS

EDITION

Universidade do Algarve

COORDINATION

Ana de Freitas

João Pedro Bernardes

Maria Palma Mateus

Nídia Braz

TEXTS BY

António Covas

António Faustino Carvalho

Carla Moita Brites

Catarina Oliveira

Isidoro Moreno

João Guerreiro

João Pedro Bernardes

Jorge Queiroz

Luís Filipe Oliveira

Margarida Costa

Maria das Mercês Covas

Maria Elvira Ferreira

Maria Manuel Valagão

Maria Palma Mateus

Pedro Graça

GRAPHIC DESIGN

TVM Designers

PHOTOS

Stills Fotografia

CIIPC/CMVRSa (p. 85)

Museu Nacional de Arqueologia (p.138)

J.P. Bernardes (p. 143)

Karsti Stiege (p. 147)

TRANSLATION

Expressão -- Centro de tradução e formação, Lda.

ISBN 978-989-8472-74-8

<http://hdl.handle.net/10400.1/6727>

Disponível desde 2/9/2015

Origem	Downloads	%
 Portugal	31,0	52,54
 United States	14,0	23,73
 China	7,0	11,86
 Hong Kong	2,0	3,39
 Italy	2,0	3,39
 Japan	1,0	1,69
 Denmark	1,0	1,69
 United Kingdom	1,0	1,69
	59,0	100,00

Origem	Consultas	%
 Portugal	74	57,36
 United States	28	21,71
 China	14	10,85
 Hong Kong	2	1,55
 United Kingdom	2	1,55
 Denmark	2	1,55
 Russian Federation	1	0,78
 France	1	0,78
 Italy	1	0,78
 Brazil	1	0,78
 Belgium	1	0,78
 Germany	1	0,78
 Japan	1	0,78
	129	100,00

Muito obrigada!

Nídia Braz

`nbraz@ualg.pt`