

NoHoW: Ferramentas digitais baseadas na evidência científica para a manutenção do peso perdido

A Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa, em colaboração com outras instituições europeias, encontra-se a desenvolver um projeto de investigação chamado NoHoW, que pretende testar o papel de ferramentas digitais baseadas na mais recente evidência científica na ajuda à manutenção do peso perdido. Indivíduos que queiram participar no estudo necessitam de ter perdido **intencionalmente, pelo menos, 5% do seu peso**, nos últimos 12 meses. A perda de peso deverá ter sido totalmente intencional, pelo que não podem participar pessoas que tenham perdido peso por motivos de doença ou procedimentos cirúrgicos, nomeadamente cirurgia bariátrica. No intuito de verificar este critério, foi solicitado ao potencial participante a confirmação escrita do mesmo dada pelo seu Médico de Família, Nutricionista/Dietista ou outro profissional de saúde, Fisiologista do Exercício, familiar ou amigo.

<u>Nome do Participante</u>	
<u>Nome do Verificador</u>	
<u>Relação para com o participante (por favor, circule a opção aplicável)</u>	Médico/a de Família Nutricionista/Dietista Outro profissional de saúde Fisiologista do Exercício Amigo/a Familiar
Por favor, insira a informação solicitada nas caixas abaixo.	
	Peso corporal máximo atingido pelo participante nos últimos 12 meses.
	Peso corporal mínimo atingido pelo participante nos últimos 12 meses.
	Peso corporal do participante há 12 meses atrás.
	Data na qual o participante atingiu o peso corporal máximo nos últimos 12 meses.
Por favor, rubrique nas caixas abaixo, se aplicável.	
	Confirmo que os pesos corporais inseridos correspondentes ao participante acima identificado estão corretos.
Assinatura	Data