

P O R T

F Ó

L I O

DE FORMAÇÃO 2020

**bwizer**  
*your evolution*





Clica no título e acede rapidamente ao curso que te interessa!

05	ACUPUNTURA PARA FISIOTERAPEUTAS
06	ANATOMIA PALPATÓRIA
07	ATM - ARTICULAÇÃO TEMPOROMANDIBULAR
08	CADEIAS LESIONAIS
09	CADEIAS MUSCULARES E MIOFASCIAS
10	DIAGNÓSTICO AVANÇADO EM TERAPIA MANUAL
11	DISFUNÇÃO CERVICAL: TERAPIA MANUAL, CONTROLO MOTOR E EXERCÍCIO TERAPÊUTICO
12	ECOGRAFIA MUSCULO-ESQUELÉTICA
13	ELETROESTIMULAÇÃO MUSCULAR NO DESPORTO
14	ELETROPUNTURA
15	EMERGÊNCIA NO DESPORTO
16	ENERGY SYSTEM DEVELOPMENT FOR ATHLETIC PERFORMANCE
17	EPTE - ELETRÓLISE PERCUTÂNEA TERAPÊUTICA
18	EQUITAÇÃO TERAPÊUTICA
19	ESPECIALIZAÇÃO EM EXERCÍCIO CLÍNICO
21	ESPECIALIZAÇÃO EM FISIOTERAPIA MATERNO-INFANTIL
23	ESPECIALIZAÇÃO EM FISIOTERAPIA NEUROLÓGICA
25	EXAME DE PILATES
26	EXERCÍCIO NO PRÉ E PÓS-PARTO
27	FISIOTERAPIA DERMATOFUNCIONAL COM PATRICIA FROES
28	FISIOTERAPIA E CANCRO DA MAMA COM NUNO DUARTE
29	FISIOTERAPIA MATERNO-INFANTIL: REABILITAÇÃO OBSTÉTRICA E GINECOLÓGICA
30	FISIOTERAPIA MÚSCULO-ESQUELÉTICA: PRINCÍPIOS E EVIDÊNCIA
31	FISIOTERAPIA NA ANCA
32	FISIOTERAPIA NA REABILITAÇÃO CARDÍACA
33	FISIOTERAPIA NO JOELHO
34	FISIOTERAPIA NO OMBRO
35	INDUÇÃO MIOFASCIAL: TÉCNICAS ESTRUTURAIS COM ANDRZEJ PILAT
36	KINESIOLOGIA APLICADA
37	LOW PRESSURE FITNESS: HIPOPRESSIVOS - NÍVEL 1
38	LOW PRESSURE FITNESS: HIPOPRESSIVOS - NÍVEL 2
39	MANIPULAÇÃO DE EXTREMIDADES NO DESPORTO
40	MANIPULAÇÃO VERTEBRAL
41	MASTER EM FISIOTERAPIA E READAPTAÇÃO DESPORTIVA
43	MASTERCLASS POSTUROLOGIA: SISTEMA POSTURAL, PROPRIOCEPTIVO E NEUROCIÊNCIAS APLICADAS AO MOVIMENTO
44	MASTERCLASS: BIOMECÂNICA DA CORRIDA
45	MASTERCLASS: EXERCÍCIO FÍSICO EM ONCOLOGIA

46	MASTERCLASS: TECNOLOGIA E INOVAÇÃO AO SERVIÇO DO PROFISSIONAL DO EXERCÍCIO
47	MASTERCLASS: TREINO DE FORÇA PARA UM ENVELHECIMENTO FORTE E SAUDÁVEL
48	MEDICINA CHINESA NA ESTÉTICA
49	MESOTERAPIA HOMEOPÁTICA
50	MÉTODO MÉZIÈRES
51	MÉTODO OFICIAL KINESIO TAPING KT1/KT2
52	NEUROCIÊNCIA DA DOR PARA FISIOTERAPEUTAS
53	NEURO-REABILITAÇÃO AVANÇADA EM PEDIATRIA
54	NUTRIÇÃO AVANÇADA NO DESPORTO
56	NUTRIÇÃO E SUPLEMENTAÇÃO DESPORTIVA
57	OSTEOPATIA PEDIÁTRICA
58	PILATES CLÍNICO MW1 CERTIFICAÇÃO MATWORK APPI
59	PILATES CLÍNICO MW2 CERTIFICAÇÃO MATWORK APPI
60	PILATES CLÍNICO MW3 CERTIFICAÇÃO MATWORK APPI
61	PILATES COM BOLA CERTIFICAÇÃO MATWORK APPI
62	PILATES COM EQUIPAMENTOS CERTIFICAÇÃO MATWORK APPI
63	PILATES NA CIRURGIA DA COLUNA VERTEBRAL CERTIFICAÇÃO MATWORK APPI
64	PILATES NA HIPERMOBILIDADE CERTIFICAÇÃO MATWORK APPI
65	PILATES PARA CRIANÇAS CERTIFICAÇÃO MATWORK APPI
66	PILATES PARA ESCOLIOSES CERTIFICAÇÃO MATWORK APPI
67	PILATES PRÉ E PÓS-NATAL CERTIFICAÇÃO MATWORK APPI
68	PREPARAÇÃO PARA O NASCIMENTO: PÓS PARTO
69	PREPARAÇÃO PARA O NASCIMENTO: PRÉ PARTO
70	REABILITAÇÃO DO LIGAMENTO CRUZADO ANTERIOR: DA LESÃO À PERFORMANCE
71	REABILITAÇÃO VESTIBULAR: INTERVENÇÃO NAS DISFUNÇÕES DO EQUILÍBRIO
72	REEDUCAÇÃO POSTURAL - RACIOCÍNIO CLÍNICO E INTERVENÇÃO
73	RPA&P: REABILITAÇÃO PERINEAL ATIVA & PASSIVA
74	SGA - STRETCHING GLOBAL ATIVO: RPG APLICADO AO DESPORTO
75	SPEED AND AGILITY FOR ATHLETIC PERFORMANCE
76	STRENGTH AND CONDITIONING SPECIALIST FOR FITNESS
77	STRENGTH AND CONDITIONING SPECIALIST FOR FITNESS: CONTROLO E REDUÇÃO DO RISCO DE LESÃO
79	STRENGTH AND POWER FOR ATHLETIC PERFORMANCE
80	TERAPIA MANUAL NO DESPORTO: ABORDAGEM MANUAL À PATOLOGIA TRAUMÁTICA E MICROTRAUMÁTICA
81	TERAPIA MANUAL SEGUNDO O CONCEITO OSTEOETIOPÁTICO (CERTIFICAÇÃO ATMS)
83	TERAPIA SACRO-CRANIANA PARA FISIOTERAPEUTAS
84	TERAPIAS MIOFASCIAIS
85	TREINO FUNCIONAL: FT COACH I
86	TRIGGER POINTS
87	TUI NA
88	VACUOTERAPIA: INTRODUÇÃO AO MÉTODO
89	YOGA TERAPÊUTICO



# ACUPUNTURA PARA FISIOTERAPEUTAS



## Destinatários

Fisioterapeuta; Estudante Finalista



## Carga horária

64 horas



## Horário

Manhã: 09:30 - 13:00

Tarde: 14:00 - 18:30



## Certificação Dgert

A Acupuntura faz parte da Medicina Chinesa, sendo reconhecida pela OMS como uma Terapia Complementar que defende que qualquer disfunção ou dor física tem origem num bloqueio energético.

A colocação de agulhas em pontos específicos induz a resolução destes bloqueios, com resultados rápidos e eficazes. Estes conduzem a uma grande procura pelos pacientes, pelo que a formação nesta área é cada vez mais procurada pelos profissionais.

O curso de Acupuntura para Fisioterapeutas, não conferindo o grau de acupuntor, reforça o seu "arsenal terapêutico" com técnicas de puntura que será capaz de selecionar e aplicar em diversas disfunções e patologias.

Este curso com uma forte vertente prática e de raciocínio clínico foi desenhado especialmente para fisioterapeutas por Helena Justo, formadora com vasta experiência em Medicina Chinesa.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou aumentar o meu leque de opções terapêuticas, dominando protocolos de intervenção em acupuntura e integrando-os de imediato na minha prática clínica
- ✓ Dominarei uma ferramenta terapêutica muito procurada, com resultados eficazes em disfunções como lombalgias, cervicalgias e nevralgias
- ✓ Introduzirei novos conceitos da medicina chinesa no meu raciocínio clínico, relacionando as componentes física e emocional
- ✓ Vou aprender com Helena Justo, especialista em Medicina Chinesa e uma das formadoras melhor avaliadas pelos alunos



**HELENA  
JUSTO**

Helena Justo é uma profissional dedicada e apaixonada pela Acupuntura e Medicina Chinesa, com uma experiência incomparável nestas áreas.



# ANATOMIA PALPATÓRIA



## Destinatários

Fisioterapeuta; Licenciado Desporto/ Educação Física, Osteopata com Cédula, Terapeuta Ocupacional, Estudante Finalista



## Carga horária

18 horas



## Horário

Manhã: 09:00 - 13:00

Tarde: 14:00 - 19:00



## Certificação Dgert



De que serve um vasto leque de técnicas quando há ainda falhas ao nível do conhecimento base em anatomia que podem condicionar o diagnóstico e tratamento?

Neste curso de Anatomia Palpatória aprenderá a identificar os principais pontos de referência e palpar estruturas musculares, fasciais, ligamentares, tendinosas e ósseas do crânio, articulação temporo-mandibular, coluna vertebral, membros superiores e inferiores. Aprenderá também a reconhecer a posição anatómica do sistema visceral via palpação e percussão, assim como a fazer o exame palpatório do sistema digestivo.

Num curso muito prático, saiba como realizar uma avaliação baseada na anatomo-fisiologia e um diagnóstico diferencial em terapia manual com base em testes ortopédicos e neurológicos para uma intervenção mais precisa e eficaz.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou saber identificar os principais pontos de referência vertebrais, cranianos, da articulação temporo-mandibular, dos membros superiores e inferiores
- ✓ Vou realizar uma avaliação baseada na anatomia e fisiologia, através da palpação ligamentar, fascial, tendinosa e muscular para uma intervenção mais eficaz
- ✓ Vou estar apto a realizar um diagnóstico diferencial em terapia manual com base em testes ortopédicos e neurológicos
- ✓ Vou ser capaz de palpar, reconhecer e testar os principais órgãos digestivos, esfíncteres e válvulas do sistema visceral
- ✓ Vou fazer uma melhor avaliação postural ao integrar, na minha prática, conceitos como: pivôs anatómicos, linhas e equilíbrio e cadeias lesionais



**DANIEL  
VALPAÇOS**

Daniel Valpaços é Osteopata e Pós-graduado em Osteopatia Pediátrica e Desportiva. Apaixonado pelo raciocínio clínico e pelo tema das cadeias lesionais, completou a sua formação com o Curso de Anatomia e Dissecção no CHU Saint-Pères em Paris e com um Curso de Biomecânica da Saúde.





# ATM - ARTICULAÇÃO TEMPOROMANDIBULAR



## Destinatários

Fisioterapeuta, Médico, Osteopata com Cédula, Terapeuta da Fala, Médico Dentista, Estudante Finalista



## Carga horária

18 horas



## Horário

Manhã: 09:00 - 13:00

Tarde: 14:00 - 19:00

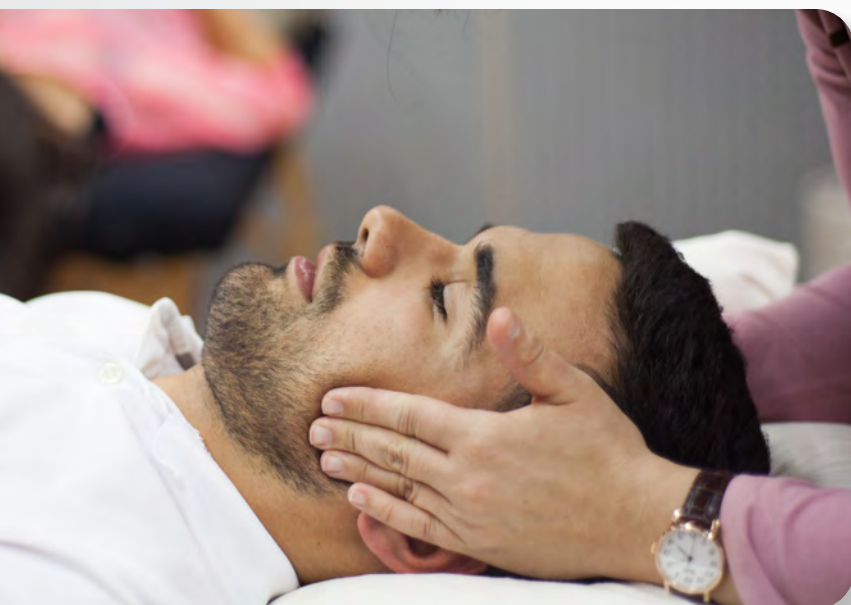


## Certificação Dgert

ATM - Articulação Temporomandibular é um curso com uma grande componente prática, focado na avaliação e no essencial da intervenção no complexo crânio-cervico-mandibular, com especial enfoque na Articulação Temporomandibular, lecionado por Tomás Pérez.

Irá aprender a analisar e resolver de maneira integral os problemas relacionados com a dor crânio-cervical com base mais recente evidência científica e pelo reconhecido conhecimento clínico do formador, em equipa multidisciplinar.

Saberá, ainda, rebater de forma crítica alguns mitos que condenam os pacientes a resignarem-se com uma suposta dor crónica.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou colmatar uma falha na minha educação, distinguindo-me, assim, dos outros profissionais da minha área intervindo de forma integral nos problemas relacionados com a dor crânio-cervical
- ✓ Vou saber trabalhar em equipa multidisciplinar
- ✓ Vou aprender com Tomás Pérez, referência internacional na intervenção na Articulação Temporomandibular
- ✓ Vou adquirir estratégias de avaliação e diagnóstico das disfunções no complexo articular crânio-cervico-mandibular
- ✓ Vou dominar os principais recursos e ferramentas de tratamento no complexo articular crânio-cervico-mandibular



**TOMÁS  
PÉRES**

Tomás Pérez é um dos maiores nomes da fisioterapia na área da ATM (disfunções escapulo-crânio-cervico-mandibulares), tendo sido aluno de alguns dos fisioterapeutas mais reconhecidos neste campo.



# CADEIAS LESIONAIS



## Destinatários

Fisioterapeuta, Estudante Finalista



## Carga horária

16 horas



## Horário

Manhã: 09:00 - 13:00

Tarde: 14:00 - 18:00



## Certificação Dgert



O curso Cadeias Lesionais, apresentar-lhe-á uma visão global do corpo através do conceito cadeia lesional músculo-esquelética, visceral, nervosa e vascular, partindo sempre do estudo de casos clínicos.

Com a sistematização de Lowett, Martindale, Little John e dos pivôs vertebrais como base de trabalho e através de um profundo conhecimento das relações anátomo-fisiológicas, evidência científica e dos princípios de organização das lesões em cadeia, o seu raciocínio clínico permitir-lhe-á chegar a um diagnóstico mais preciso. Permitir-lhe-á também intervir no local da disfunção primária, com protocolos de correção postural através da oclusão, podoposturologia e do sistema ocular, assim como da aplicação de outras técnicas de terapia manual.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou compreender os princípios de organização de uma lesão em cadeia músculo-esquelética, visceral, nervosa e vascular
- ✓ Vou conhecer as relações anátomo-fisiológicas que me permitirão ter uma abordagem global e intervir no local da disfunção primária que, muitas vezes, não coincide com o local do sintoma
- ✓ Vou entender como o conceito Cadeia Lesional influencia o raciocínio clínico, permitindo um diagnóstico mais preciso e uma intervenção mais eficiente através de protocolos de correção postural (oclusão, podoposturologia e sistema ocular).
- ✓ Vou integrar um curso muito prático, conduzido por um formador experiente e que colmatará uma falha na minha formação base.



**DANIEL  
VALPAÇOS**

Daniel Valpaços é Osteopata e Pós-graduado em Osteopatia Pediátrica e Desportiva. Apaixonado pelo raciocínio clínico e pelo tema das cadeias lesionais, completou a sua formação com o Curso de Anatomia e Dissecção no CHU Saint-Pères em Paris e com um Curso de Biomecânica da Saúde.





# CADEIAS MUSCULARES E MIOFASCIAIS



## Destinatários

Fisioterapeuta, Osteopata com Cédula, Estudante Finalista



## Carga horária

32 horas



## Horário

Manhã: 09:00 - 13:00  
Tarde: 14:00 - 18:00

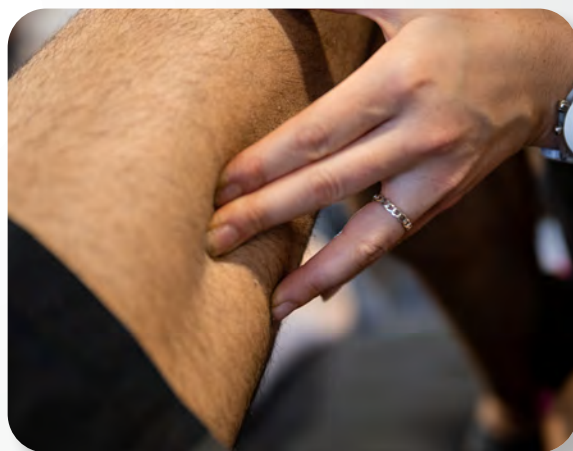


## Certificação Dgert

Garantir uma intervenção focada na origem da lesão é o grande objetivo de “Cadeias Musculares e Miofasciais”.

Fundamenta-se na evidência mais atual para um conhecimento profundo das cadeias e restrições miofasciais que condicionam o movimento, ao mesmo tempo que propõe um raciocínio clínico integrado com a terapia manual, exercício e neurociência, em áreas tão distintas como desporto, neurologia, músculo-esquelética, respiratória e visceral.

Pedro Cunha, um estudioso da fásia certificado em Osteoetiopia, Método de Mézières, RPG e Neurokinetic Therapy, desafia-o a mudar a sua intervenção com esta abordagem inovadora num curso dinâmico, onde não faltará a relação das cadeias com as junções neurovasculares, acupuntura, controlo motor e integração cortical, assim como com os sistemas craniano, visceral, nervoso autónomo e límbico.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou transformar a minha abordagem terapêutica ao ser capaz de avaliar o meu paciente de forma global, através da identificação das cadeias e restrições fasciais que limitam o movimento
- ✓ Vou ser capaz de intervir, através de técnicas manuais (técnicas de libertação, inibição e ativação miofascial) e de exercício terapêutico, nas restrições das cadeias musculares e miofasciais identificadas
- ✓ Vou conhecer vários métodos que têm vindo a desenvolver o conhecimento nesta área, assim como a propor uma integração com a terapia manual, movimento e neurociência, numa abordagem inovadora às cadeias miofasciais.



**PEDRO  
CUNHA**

Fisioterapeuta certificado em Osteoetiopia, Método de Mézières, RPG e Neurokinetic Therapy. Conhecido pela vontade de evoluir, foi co-criador do conceito SafePerformance. Concilia a prática privada com a desportiva, tendo trabalhado com atletas de vários desportos, destacando-se a FPA e SLB.





# DIAGNÓSTICO AVANÇADO EM TERAPIA MANÚAL



## Destinatários

Fisioterapeuta , Estudante Finalista



## Carga horária

32 horas



## Horário

Manhã: 09:00 - 13:00

Tarde: 14:00 - 18:00

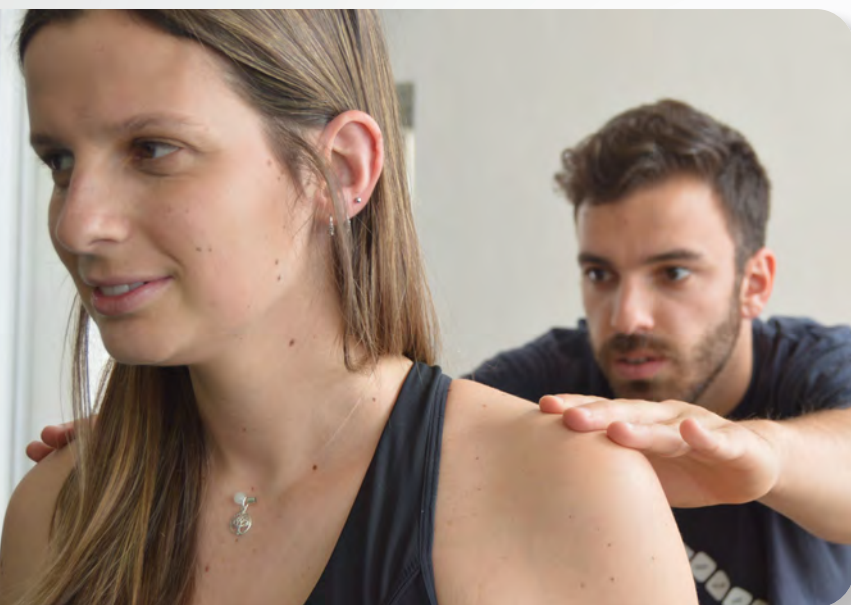


## Certificação Dgert

Sabia que a disfunção cervical do seu paciente pode estar relacionada com uma entorse da tibiotársica? E que por isso deve avaliar o pé, pois este pode ser a origem de uma cadeia lesional ascendente? Conheça o teste de choque articular para a tibiotársica com o Fisioterapeuta e Osteopata João Tedim.

No curso Diagnóstico Avançado em Terapia Manual compreenderá que a chave para um tratamento eficaz é um diagnóstico preciso como resultado de um raciocínio clínico estruturado e de uma visão global e integrada do indivíduo.

Aprenderá a selecionar e aplicar os testes de diagnóstico mais apropriados para identificar a disfunção primária, distinguindo-a das disfunções secundárias, compensações e adaptações. Aprenderá também a, de forma adequada, desenhar um plano de intervenção com base na Fisioterapia e Osteopatia e a aplicar técnicas Articulares, Neuromusculares, Miofasciais, bem como o Stretching, Músculo-Energia, Compressão e Jones.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou compreender que a chave de todo o tratamento é um diagnóstico preciso
- ✓ Vou integrar o conceito de globalidade do corpo e perceberei que nem sempre o local da dor coincide com a disfunção primária
- ✓ Vou ser capaz de desenvolver um raciocínio clínico estruturado que servirá de base à tomada de decisão na minha intervenção com base na Fisioterapia e Osteopatia
- ✓ Vou dominar os princípios de diferentes técnicas de tratamento com Terapia Manual, de forma a eleger as técnicas mais indicadas para cada paciente
- ✓ Vou beneficiar do conhecimento e experiência do Fisioterapeuta e Osteopata João Tedim



**JOÃO  
TEDIM**

Licenciado em Fisioterapia pela UFP e Graduado em Osteopatia pela EOM. Desde 2009 é Certificate in Orthopaedic Manual Therapy e Master em Técnicas Osteopáticas del Aparato Locomotor. Desenvolve a sua prática em contexto de clínica, prática privada domiciliária e desportiva.



# DISFUNÇÃO CERVICAL : TERAPIA MANUAL, CONTROLO MOTOR E EXERCÍCIO TERAPÊUTICO



## Destinatários

Fisioterapeuta , Estudante Finalista



## Carga horária

18 horas



## Horário

Manhã: 09:00 - 13:00

Tarde: 14:00 - 19:00



## Certificação Dgert

A evidência científica mais atual foca a importância das estratégias de terapia manual e exercício terapêutico na melhoria do controlo motor cérvico-cefálico. Uma intervenção que tem provas dadas na redução da sintomatologia dolorosa e na melhoria de movimento.

Sabia que 71% da população adulta apresenta dor cervical em algum momento da sua vida e esta é considerada como a quarta causa de incapacidade a nível mundial? Quantos destes pacientes lhe passam diariamente pelas mãos?

Perante a necessidade de reabilitação de, por exemplo, quadros de cefaleia, cervicalgia pós-traumática ou não traumática, o fisioterapeuta deve ter no seu arsenal terapêutico as ferramentas mais adequadas e mais eficazes para avaliar e tratar disfunções do movimento cervical.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou saber reconhecer as alterações de controlo motor na disfunção temporomandibular, na cefaleia e na cervicalgia pós-traumática e não traumática
- ✓ Vou saber reconhecer a sua influência no desenvolvimento da patologia, assim como no tratamento da mesma mediante estratégias baseadas na evidência
- ✓ Vou conhecer ferramentas fáceis de aplicar, standardizadas, que podem ser aplicadas no dia seguinte a completar a formação e que se complementam com as técnicas que já utilizo
- ✓ Vou obter melhores resultados no paciente com cefaleia, cervicalgia ou transtorno temporomandibular



**TOMÁS  
PÉRES**

Tomás Pérez é um dos maiores nomes da fisioterapia na área da ATM (disfunções escapulo-craneo-cervico-mandibulares), tendo sido aluno de alguns dos fisioterapeutas mais reconhecidos neste campo.





# ECOGRAFIA MUSCULO-ESQUELÉTICA



## Destinatários

Fisioterapeuta, Médico, Estudante Finalista



## Carga horária

32 horas



## Horário

Manhã: 09h00 - 13h00

Tarde: 14h00 - 18h00



## Certificação Dgert

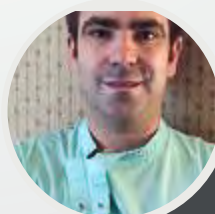
A dificuldade em quantificar os resultados da intervenção, assim como em “saber exatamente” quais as características da lesão pode ser uma condicionante para o sucesso do tratamento.

A Ecografia Músculo-esquelética permite ultrapassar esta barreira pois oferece uma “visão diferente e mais direta” sobre o sistema músculo-esquelético. Esta técnica é hoje utilizada pelos grandes nomes da Terapia Manual, permitindo, em tempo real acompanhar de forma objetiva a evolução da lesão, guiar de forma dinâmica a intervenção e validar os efeitos da mesma – já pensou: ser capaz de comprovar com imagens, como reagem os tecidos aos diferentes tratamentos e técnicas que utiliza?



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou dominar um recurso que me ajudará verdadeiramente a definir a minha estratégia de intervenção, mediante dados concretos e muito objetivos
- ✓ Vou ser capaz de avaliar e monitorizar detalhadamente a evolução da lesão do meu paciente
- ✓ Vou inovar e pertencer a um grupo restrito de profissionais que utilizam a ecografia músculo-esquelética na sua prática clínica, destacando-se dos demais profissionais
- ✓ Vou usufruir de um curso muito completo, com o melhor preço no mercado e lecionado em português por um formador com experiência na área



**ALCINO  
DUARTE**

Alcino Duarte é licenciado em Fisioterapia pela Escola Superior de Saúde de Vale do Sousa (ESSVS). Osteopata e Mestre em Medicina Tradicional Chinesa, concluiu ainda o Mestrado Integrado em Medicina no ICBAS-UP.



# ELETROESTIMULAÇÃO MUSCULAR NO DESPORTO



## Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Estudante Finalista



## Carga horária

8 horas



## Horário

Manhã: 09h00 - 13h00

Tarde: 14h00 - 18h00



## Certificação Dgert

A eletroestimulação constitui uma ferramenta útil para a potenciação de resultados ao nível do treino muscular. Através da organização dos diferentes parâmetros associados, esta vertente da eletroterapia permite determinar a carga adequada para o treino, de modo a atingir as respostas terapêuticas desejadas.

Assim, com a carga correta, é possível que o atleta ou paciente alcance os objetivos que ambiciona de forma mais rápida e com melhores resultados.

Participe e aprenda diferentes métodos para determinação da carga adequada e ainda de que forma a eletroestimulação muscular pode potenciar os resultados em contexto desportivo, tudo na voz de Alexandre Cavallieri Gomes, fisioterapeuta de renome no Brasil e em Portugal.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou beneficiar do conhecimento de um Fisioterapeuta de renome
- ✓ Vou reconhecer a importância da eletroestimulação para o treino de força e resistência muscular
- ✓ Serei capaz de utilizar as aplicações de eletroestimulação mais adequadas às lesões frequentes/comuns no mundo do Desporto
- ✓ Vou entender quais os métodos utilizados para determinação de carga para treino muscular
- ✓ Vou potenciar as respostas terapêuticas para a ativação e treino muscular.



**ALEXANDRE  
CAVALLIERI**

Alexandre Cavallieri Gomes é um Fisioterapeuta Brasileiro, especialista em Fisioterapia Desportiva. No seu currículo verifica-se o gosto pela área da Terapia Manual e do Desporto, destacando-se como Sócio Fundador da "Sociedade Nacional de Fisioterapia Esportiva".





# ELETROPUNTURA



## Destinatários

Fisioterapeuta, Enfermeiro, Médico, Terapeutas não convencionais com cédula, Estudante Finalista



## Carga horária

22 horas



## Horário

Manhã: 08h30 - 13h30

Tarde: 14h00 - 18h30 / 18h30 - 22h30



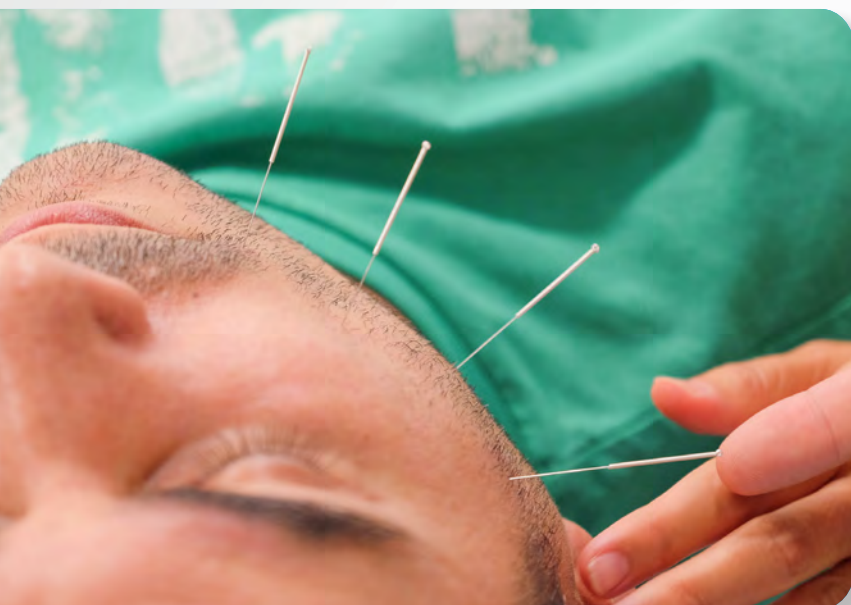
## Certificação Dgert

A Eletropuntura desenvolveu-se tendo por base a Acupuntura e é uma das disciplinas da Medicina Chinesa (MC).

Associando os benefícios da puntura e do estímulo elétrico, a Eletropuntura promove a libertação de neurotransmissores, nomeadamente endorfinas, potenciando um efeito anestésico local e sensação de relaxamento, alívio de dor, alívio da tensão e bem-estar.

Por permitir alcançar estruturas que um eletrodo comum não permite, considera-se como um importante complemento à intervenção em patologias músculo-esqueléticas.

Uma ferramenta que lhe irá garantir um elevado grau de diferenciação e que permitirá potenciar os benefícios da sua intervenção e multiplicar a utilização dos aparelhos de eletroterapia que já possui!



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou conhecer uma técnica com resultados imediatos na dor e disfunção músculo-esquelética, que complementar a minha prática clínica
- ✓ Vou aprender protocolos de eletroacupuntura em patologias da face e pescoço, dorso, membro superior e membro inferior
- ✓ Vou integrar esta técnica da Medicina Chinesa - Acupuntura, potenciando os meus resultados clínicos
- ✓ Vou saber utilizar a eletropuntura nos acupontos para aumentar os benefícios da puntura - a intensificação do processo de cicatrização e a libertação de neurotransmissores, nomeadamente endorfinas
- ✓ Vou aprender a adaptar os aparelhos de eletroterapia que já utilizo



**SUSANA  
DINIS**

Tirou a licenciatura e o mestrado em Ciências Farmacêuticas na Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra no entanto, desde cedo se interessou por Medicina Chinesa. O seu gosto pelas medicinas complementares levou-a a realizar também uma Pós-Graduação em Medicina Energética.



# EMERGÊNCIA NO DESPORTO

## DA AVALIAÇÃO À DECISÃO



### Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Treinador Desporto, Enfermeiro, Médico, Estudante Finalista



### Carga horária

6 horas



### Horário

Tarde: 13h30 - 19h30



### Certificação Dgert

Sente-se à vontade para entrar em campo e avaliar o atleta? Tem a confiança necessária para decidir se o atleta continua em competição?

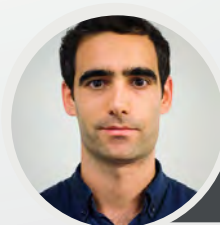
O objetivo principal deve ser sempre assegurar a proteção e saúde do atleta, interferindo o menos possível com a competição, pelo que segurança, rapidez e pragmatismo são características obrigatórias para os médicos, enfermeiros e fisioterapeutas que atuam neste contexto.

Este curso, com 50% do tempo voltado para a prática, pretende ajudá-lo a sistematizar o raciocínio para que seja capaz de realizar uma avaliação da lesão e decidir de forma rápida, objetiva e com confiança se o atleta continua em competição.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ganhar segurança, confiança, rapidez e pragmatismo nas minhas decisões e ações em campo
- ✓ Vou diminuir o risco de sequelas, melhorando a probabilidade de recuperação
- ✓ Vou estruturar o meu raciocínio e aprender a avaliar a gravidade das lesões agudas no desporto
- ✓ Vou saber exatamente o que fazer se estiver em campo e perante a suspeita de traumatismo cranioencefálico, fratura ou lesão vertebral
- ✓ Vou recorrer modelos de decisão baseados na evidência científica



**LUIS  
LIMA**

Luís Lima é uma referência na Medicina Desportiva. Tem mestrado em medicina, e é especialista em Medicina Física e de Reabilitação e com certificação pelo European Board of Physical and Rehabilitation Medicine.





# ENERGY SYSTEM DEVELOPMENT FOR ATHLETIC PERFORMANCE



## Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Técnico Exercício Físico, Treinador Desporto, Director Técnico Desporto, Estudante Finalista



## Carga horária

8 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



Certificação: Dgert | IPDJ

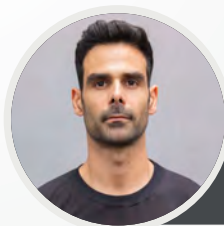
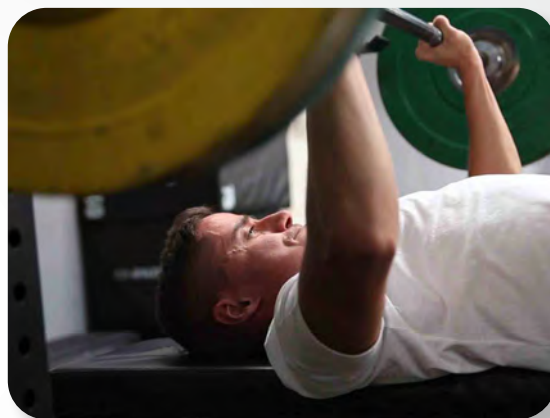
**Créditos**

3.2 UC TPTEF e DT

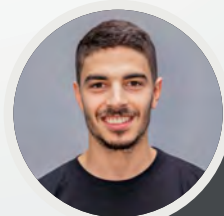
O desenvolvimento dos Sistemas Energéticos é uma componente fundamental para o rendimento dos atletas e tem um papel determinante na prevenção de lesões.

Dada a necessidade de dotar os atletas das qualidades físicas indispensáveis para dar resposta à demanda do treino e competição, este curso pretende dotar os alunos das ferramentas mais atuais na avaliação e programação de treino para melhoria dos sistemas energéticos, em resposta às características específicas de cada modalidade.

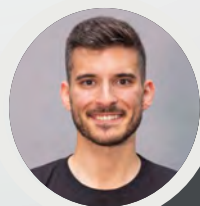
Avalie, crie programas de treino e tome decisões mais acertadas durante este processo essencial, em conjunto com competências como força e potência, velocidade e agilidade e trabalho técnico-tático.



**MÁRIO** SIMÕES



**BRUNO** MATOS



**LUÍS** MESQUITA

## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ser capaz de avaliar, prescrever e aplicar os vários métodos de desenvolvimento dos sistemas energéticos;
- ✓ Vou saber conjugar o desenvolvimento dos sistemas energéticos com o processo de treino, exponenciando o desenvolvimento das qualidades físicas;
- ✓ Vou saber lidar com a fadiga, aumentar o rendimento e prevenir lesões nos meus atletas ou clientes;
- ✓ Vou adquirir conhecimento aplicável em contexto desportivo ou privado, nas modalidades individuais e coletivas, assim como no contexto do fitness e reabilitação.



# EPTE - ELETRÓLISE PERCUTÂNEA TERAPÊUTICA



## Destinatários

Fisioterapeuta, Médico



## Carga horária

25 horas



## Horário

Manhã: 08h30 - 13h30

Tarde: 14h00 - 19h30 / 14h00 - 19h00



## Certificação Dgert

A Eletrólise Percutânea Terapêutica EPTE® é uma técnica de fisioterapia invasiva que, acompanhada com a imagem ecográfica, promove a autorrecuperação induzida de tecidos, num período de tempo mais reduzido.

Graças ao uso de microcorrentes (ao contrário de técnicas semelhantes que utilizam correntes de alta frequência) a aplicação da EPTE® é praticamente indolor. Além disso, as microcorrentes são muito mais seguras quer para o paciente, quer para o profissional.

Outro fator diferenciador desta técnica, é que é aplicada apenas em tendinopatias. Porquê? Porque são as únicas estruturas anatómicas com evidência científica aplicação deste método.

Junte-se aos mais de 3000 profissionais que aplicam a eletrólise percutânea de forma segura, comprovada e autónoma. Um curso renovado, com mais 5 horas dedicadas exclusivamente à prática de ecografia.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ser capaz de identificar as tendinopatias e os pontos de inflamação mais recorrentes através de visualização de imagem ecográfica, com autonomia
- ✓ Vou aplicar, de forma autónoma, a EPTE® seguindo a evidência científica mais recente sobre o tratamento de estruturas tendinosas com eletrólise percutânea
- ✓ Vou potenciar os resultados dos meus pacientes e vou obtê-los mais rapidamente, integrando a EPTE® no meu plano de intervenção
- ✓ Vou aplicar a EPTE® de forma segura e praticamente indolor



**JAVIER  
HERRAIZ**

Javier Herraiz Garvín, é coordenador de Docência e Investigação da EPTE® Eletrólise Percutânea Terapêutica desde Setembro de 2015. É Fisioterapeuta, especialista em Osteopatia e pós-graduado em Fisioterapia Desportiva.





# EQUITAÇÃO TERAPÊUTICA



## Destinatários

Fisioterapeuta, Outros Licenciados em Saúde, Terapeuta Ocupacional, Terapeuta da Fala, Psicólogo, Estudante Finalista



## Carga horária

22 horas



## Horário

Manhã: 09h00 - 12h30

Tarde: 14h00 - 18h00



## Certificação Dgert



O curso de Equitação Terapêutica aborda uma forma complementar de terapia, terapia assistida por cavalos, que utiliza o cavalo integrado numa abordagem multidisciplinar. Assenta numa relação triangular que inclui a “atividade” constante e direta entre o cavalo, o terapeuta e o indivíduo com o objetivo de contribuir para o desenvolvimento e saúde do paciente.

O curso de Equitação Terapêutica, realizado no seu contexto real, é conduzido por uma equipa multidisciplinar que, diariamente, utiliza esta modalidade de intervenção.

Pelos seus evidentes resultados em diferentes patologias psicomotoras e por ser uma área inovadora e ainda pouco explorada, constitui uma excelente oportunidade de trabalho para todos os profissionais de saúde. Adquirir todos os conhecimentos teóricos e práticos relacionados com esta Terapia e perceber como transpor o seu plano de avaliação e tratamento para este contexto.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou fazer parte de um grupo exclusivo de profissionais de saúde formados na área de Terapias Assistidas por Cavalos
- ✓ Vou compreender a Terapia Assistida por Cavalos com resultados comprovados, que a reforçam como importante ferramenta clínica
- ✓ Vou beneficiar de uma formação conduzida por uma equipa multidisciplinar de profissionais que utilizam diariamente esta modalidade de intervenção
- ✓ Vou proporcionar aos meus pacientes uma recuperação dinâmica e motivacional



**A. EQUITERAPÊUTICA  
DE MATOSINHOS**

A Associação Equiterapêutica de Matosinhos conta com um grupo de profissionais competentes e com muita experiência nesta temática, tendo colocado toda a sua experiência e know-how na construção desta formação.



# ESPECIALIZAÇÃO EM EXERCÍCIO CLÍNICO



## Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física



## Carga horária

112 horas



## Horário

Manhã: 09h00 - 12h30

Tarde: 14h00 - 18h00 ou 16:00 -20:00



## Certificação Dgert



## Certificação Ipdj

**Créditos:** 22,4 UC TPTEF e DT



O exercício físico, promotor de saúde por excelência, ocupa um lugar de destaque como coadjuvante terapêutico e na prevenção e tratamento de diferentes patologias. Nunca a evidência científica foi tão clara quanto ao poder involutivo e de controlo de muitas patologias associadas ao sedentarismo e envelhecimento.

Sendo o exercício clínico uma área de estudo complexa que cruza conhecimento de fisiopatologia, fisiologia do exercício e metodologia de treino é determinante para os profissionais de exercício e saúde terem uma base de conhecimento bem consolidada sobre as principais patologias associadas ao sedentarismo e ao envelhecimento (condições cardiovasculares, endócrinas e metabólicas, músculo-esqueléticas, oncológicas, neurodegenerativas, no envelhecimento e na dor).

Uma especialização liderada por alguns dos melhores profissionais na área que lhe darão ferramentas sustentadas pela evidência mais atual, considerando as recomendações da principais organizações de exercício e saúde e as novas tendências científicas. Uma especialização com elevada transferência profissional tendo em conta o atual paradigma do exercício físico e saúde



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou dominar as especificidades das diferentes patologias e o efeito do exercício nas mesmas e na farmacocinética
- ✓ Vou saber elaborar planos de treino para as condições clínicas mais comuns
- ✓ Vou saber adaptar os meus planos de treino a diferentes contextos
- ✓ Vou aprender com alguns dos profissionais mais habilitados na área, que trabalham e produzem investigação científica sobre o tema.



**EDUARDO  
TEIXEIRA**

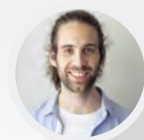
Atual fisiologista da equipa A do Sporting Clube de Braga é docente de fisiologia do exercício em várias instituições de ensino superior. É Doutorado na área da reparação muscular pós-traumática, com especialização nas implicações do sedentarismo nos mecanismos de regeneração e na resposta inflamatória muscular



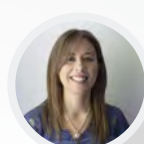
**SUSANA** CARRAPATOSO



**LUCIMERE** BOHN



**JÚLIO** PACHECO



**INÊS** GONÇALVES



**ARNALDINA** SAMPAIO

## Programa Modular

- **Módulo 1**  
Introdução à fisiologia do exercício
- **Módulo 2**  
Introdução ao exercício clínico
- **Módulo 3**  
Neurociências da dor.
- **Módulo 4**  
Exercício clínico nas doenças músculo-esqueléticas
- **Módulo 5**  
Exercício clínico nas doenças cardiovasculares
- **Módulo 6**  
Exercício clínico nas doenças endócrinas e metabólicas
- **Módulo 7**  
Exercício clínico nas doenças oncológicas
- **Módulo 8**  
Exercício clínico nas doenças neuro-degenerativas
- **Módulo 9**  
Exercício clínico no envelhecimento



**JOSÉ** SOARES



**ROMEU** MENDES



**FERNANDO** RIBEIRO



**JOÃO** NOURA



**SÍLVIA** RODRIGUES



**ALBERTO** ALVES



**INÊS** ALEIXO





# ESPECIALIZAÇÃO EM FISIOTERAPIA MATERNO-INFANTIL



## Destinatários

Fisioterapeuta, Estudante Finalista



## Carga horária

144 horas



## Horário

Manhã: 09h00 - 13h00

Tarde: 14h00 - 18h00



## Certificação Dgert

A Especialização em Fisioterapia Materno-Infantil pretende capacitar, com base na evidência científica mais recente, o fisioterapeuta a acompanhar o casal durante o período da gravidez, parto e pós-parto.

Com a ajuda de uma equipa multidisciplinar experiente, aprenderá a promover ações de preparação e recuperação do parto. Exercício físico e fisioterapia aquática na gravidez e pós-parto, reeducação perineal, nutrição na gravidez, cuidados de saúde e higiene ao bebé, estratégias de alimentação/ amamentação, assim como disfunções posturais na gravidez e pós-parto serão alguns dos temas abordados.

Com foco na resolução de casos clínicos, ao longo destas 144 horas, aprenderá a lidar com a componente psicológica, parentalidade e integração do bebé no contexto familiar. Conhecerá também o papel do mindfulness parental neste processo, bem como ferramentas que o ajudarão a iniciar um projeto na área.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ser capaz de desenvolver um raciocínio clínico diferenciado e autónomo no processo de parentalidade, com base nas guidelines da International Organization of Physical Therapists in Women's Health (IOPTWH)
- ✓ Vou participar numa formação única, conduzida por uma equipa multidisciplinar de excelência, que me preparará para acompanhar o casal durante o período da gravidez, parto e pós-parto
- ✓ Vou ser capaz de dar resposta às cada vez mais exigentes necessidades do casal e bebé, ocupando um lugar neste mercado em crescimento
- ✓ Vou ser capaz de desenhar e implementar um plano de intervenção que inclua exercício na gravidez e pós-parto, reeducação perineal (exercícios do pavimento pélvico), fisioterapia aquática no pré e pós-parto, nutrição na gravidez, cuidados de saúde e higiene ao bebé, estratégias de alimentação/ amamentação



**MARIA JOÃO  
ALVITO**

Maria João Alvito é diplomada desde 2001 pela IAIM, como Instrutora de massagem infantil e como IAIM Trainer/ formadora Internacional. Em 2011 é eleita para o Comité educacional de formação de novos Trainers Internacionais. Participou na formação "TouchPoints" com o Prof. Berry Brazelton, oportunidade única de aprendizagens profissionais.





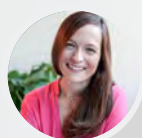
## JOANA DA PONTE

Joana é Licenciada em Fisioterapia pela Escola Superior de Saúde do Alcoitão (ESSA), 2011



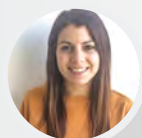
## MARIANA ROSA

Mariana Rosa é Fisioterapeuta, licenciada pela Escola Superior de Saúde do Alcoitão em 2008



## LÚCIA PAULINO

Lúcia é Psicóloga Clínica desde 2005, tem trabalhado com crianças e jovens, adultos e famílias.



## ANA SILVA

Ana Silva é nutricionista licenciada em Dietética e Nutrição pela Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra, com uma especialização em Nutrição Pediátrica



## LUÍS CASTANHO

É Fisioterapeuta e Osteopata pela Escola de Osteopatia de Madrid (EOM). Possui vários cursos de formação específica dos quais destaca o curso de Cadeias Musculares, o curso de Posturologia Integrativa, o curso de Posturologia Clínica, o curso de Colunas de Pressão, o curso de Fisiopatologia do Sistema músculo-esquelético crânio-mandibular, o curso de Kinesiologia Aplicada, e o curso de Diagnóstico Diferencial através do Sistema Neurovegetativo.



## Programa Modular

- **Módulo 1**  
Preparação para o nascimento: Pré-parto.
- **Módulo 2**  
Reabilitação obstétrica/ginecológica.
- **Módulo 3**  
Preparação para o nascimento: Pós-parto.
- **Módulo 4**  
Fisioterapia Aquática no Pré e Pós-parto.
- **Módulo 5**  
Nutrição na Gravidez, na Amamentação e do Bebê + Mindfulness Parental.
- **Módulo 6**  
Casos Clínicos - Processo de raciocínio integrativo das disfunções músculo-esqueléticas na gravidez e pós parto.
- **Módulo 7**  
Nurturing babies and families



# ESPECIALIZAÇÃO EM FISIOTERAPIA NEUROLÓGICA



## Destinatários

Fisioterapeuta, Estudante Finalista



## Carga horária

104 horas



## Horário

Manhã: 09h00 - 13h00

Tarde: 14h00 - 18h00



## Certificação Dgert

A Especialização em Fisioterapia Neurológica pretende dar resposta à necessidade de uma abordagem do paciente neurológico mais completa e com segurança de resultados. Um curso único, em Fisioterapia Neurológica, em Portugal que reúne um corpo de formadores com reconhecida experiência e resultados clínicos. Trata-se de uma formação intensiva e maioritariamente prática, onde vão também ser abordadas algumas das melhores metodologias em Reabilitação Neurológica, tais como Método Neurodesenvolvimental, o Método Therasuit, o Método de Glenn Doman, o Método de Cuevas Medek, entre outros.

Serão ainda explicadas algumas das teorias mais importantes para o raciocínio clínico em neuroreabilitação, tais como: a teoria de Reorganização Neurofuncional (autora: Beatriz Padovan), a teoria de Exercício Neurocognitivo (autor: Carlo Perfetti) e a Teoria de Integração dos Reflexos.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ter acesso a novas metodologias em Fisioterapia Neurológica, tais como Método Neurodesenvolvimento, Método Therasuit, Constraint Induced Movement, Treino Rítmico Motor e Terapias em Meio Aquático
- ✓ Vou ser capaz de assegurar a eficácia do meu raciocínio e prática clínica na neuroreabilitação desde a criança ao adulto
- ✓ Vou proporcionar aos meus pacientes, uma melhoria da sua funcionalidade e competências neuro-motoras, através de técnicas avançadas de avaliação neuromuscular e neuroreabilitação



**MARLENE  
ROSA**

Marlene Rosa é licenciada em Fisioterapia e Doutorada em Tecnologias da Saúde. Tem desempenhado docência e investigação em projetos sempre relacionados com Reabilitação Neurológica, nomeadamente no âmbito da reabilitação em pacientes após Acidente Vascular Cerebral. Pediu exoneração do hospital público onde trabalhava e desenhou o seu próprio projeto, a Rehab.





## ANDRÉ ROQUE

André Gomes Roque é Fisioterapeuta e Mestre em Medicina pela FMUC.



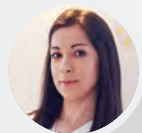
## CONCEIÇÃO GRAÇA

Conceição Gomes é Fisioterapeuta com formação avançada em controlo postural, reeducação da marcha em utentes neurológicos, handling seguro em neurologia.



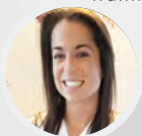
## MARLENE PEREIRA

Marlene Pereira é Fisioterapeuta com mestrado em Fisioterapia Neurológica. Foi completando a sua formação de base com cursos na área como: o curso de Reabilitação Neuromotora.



## SÓNIA SILVA

Sónia Silva iniciou a sua prática em Reabilitação Neurológica Pediátrica intensiva com profissionais do CIREN e várias formações, como método Therasuit, Perfetti, Rhythmic Movement Training, entre outros.



## ADRIANA MACHADO

Adriana Machado é Fisioterapeuta, Iniciou a sua experiência em reabilitação neurológica intensiva na clínica CHS-CIREN. Frequentou ainda o Therasuit Method Training Course leccionado por Izabela Koscielny, em Saragoça.



## Programa Modular

### Módulo 1

Bases neurofisiológicas na reabilitação do movimento

### Módulo 2

Avaliação e análise do sistema neuromuscular

### Módulo 3

Módulo Avançado de Neuro-Reabilitação Pediátrica: avaliação e reabilitação precoce

### Módulo 4

Módulo Avançado de Neuroreabilitação em Adultos: avaliação e intervenção em alterações na marcha e no equilíbrio

### Módulo 5

Módulo Avançado de Neuroreabilitação em Adultos: avaliação e intervenção em disfunções do membro superior



# EXAME DE PILATES

## CERTIFICAÇÃO MATWORK APPI



**Destinatários**



**Carga horária**



**Horário**



Certificação: Dgert | APPI | IPDJ

**Créditos**

Completo os três níveis de Pilates Clínico da APPI e deseja finalizar a sua Certificação Matwork? O processo de Certificação Matwork APPI implica a realização dos três níveis de Pilates Clínico APPI (MW1, MW2 e MW3) e aprovação no exame oficial de certificação. Para além disso, deve também ser entregue o logbook preenchido, para validação pelo formador oficial da APPI, aquando do exame. O exame está dividido em duas partes: exame prático e exame teórico.

O exame prático realiza-se primeiro e diz respeito a uma avaliação presencial, baseada num conjunto de movimentos realizados no solo, com recurso a um par. O exame teórico é online numa plataforma da APPI, sem horário estabelecido, e pode ser realizado no prazo de duas semanas a contar do dia do exame prático. A partir do momento em que inicia o exame, terá uma hora para a sua realização.

● **Pré-requisito:** Este curso é exclusivo a alunos que tenham frequentado os Módulos MW1, MW2 e MW3 da APPI



Vou ser melhor com este curso porque...



**APPI**  
TRAINER







# EXERCÍCIO NO PRÉ E PÓS-PARTO



## Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Técnico Exercício Físico, Terapeuta Ocupacional, Estudante Finalista



## Carga horária

17 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 17:30



## Certificação Dgert



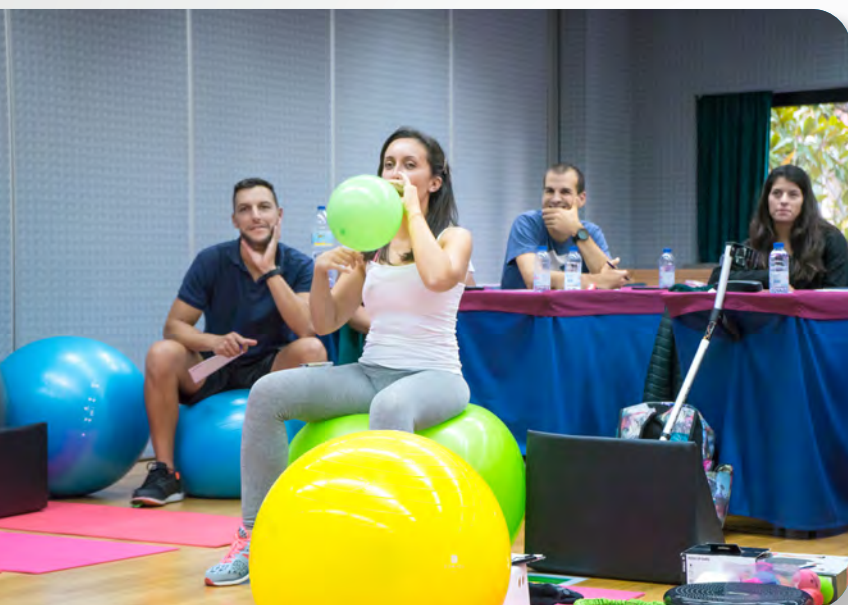
## Certificação Ipdj

**Créditos:** 3 UC TPTEF e DT

A prescrição de exercício é um tema que deve ser sustentado em conhecimento científico válido e atual.

Quando falamos de prescrição de exercício na gravidez e no pós-parto esta necessidade é ainda mais importante devendo ser acompanhada por um profissional seguro, conhecedor e experiente. Com o curso Exercício no Pré e Pós-Parto ficará a par da última evidência científica relativa a este tema. Saberá as adaptações que ocorrem durante a gravidez e no pós-parto e como atuar a cada momento, ficando, no fim, capacitado para elaborar e acompanhar um programa completo e seguro de exercício físico.

Para além da prescrição de exercício, irá conhecer a visão do exercício na gravidez e pós-parto noutros países e o que poderá fazer para promover novos projetos de promoção da atividade física para esta população.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou saber elaborar e prescrever um programa de exercício na gravidez e pós-parto completo e seguro, baseado nas últimas evidências científicas
- ✓ Vou saber desenvolver programas que visem melhorar a qualidade de vida, nesta população, através do exercício
- ✓ Vou transmitir segurança e confiança à minha cliente, essenciais nas fases da gravidez e do pós-parto
- ✓ Vou ter a capacidade de iniciar novos projetos de promoção da atividade física para esta população
- ✓ Vou aprender com uma profissional que diariamente trabalha com exercício e com esta população



**EUNICE  
MOURA**

Eunice Moura é Licenciada em Ciências do Desporto (Ramo de Exercício e Saúde) pela FMH e Mestre em Exercício e Saúde pela mesma instituição. Atualmente trabalha na área do exercício na gravidez e pós-parto.



# FISIOTERAPIA DERMATOFUNCIONAL

## COM PATRÍCIA FROES



### Destinatários

Fisioterapeuta, Estudante Finalista



### Carga horária

36 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 16:00



### Certificação Dgert

A Fisioterapia Dermatofuncional é uma área em constante desenvolvimento, na qual novas abordagens vão emergindo e técnicas antigas são revistas.

Nesta formação, a estrutura segue uma perspectiva de revolução de conceitos antigos e apresentação de novos, tais como a terapia miofascial, taping e recursos terapêuticos avançados, abordando tanto a área de corporal como facial.

Adaptado para profissionais que queiram iniciar carreira nesta área, ou que já trabalhando na mesma sintam necessidade de desenvolver uma nova visão ou acompanhar novas tendências, este curso será ministrado por Patricia Froes Meyer, fisioterapeuta, formadora internacional e investigadora com vasta experiência em Fisioterapia Dermatofuncional!



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou aprender com uma fisioterapeuta de referência na área e cuja experiência como formadora é reconhecida internacionalmente;
- ✓ Vou ganhar competências vastas e diferenciadas para aplicar as técnicas mais atualizadas da Fisioterapia Dermatofuncional nos tratamentos faciais e corporais;
- ✓ Vou ficar a par da mais recente evidência científica nesta área.
- ✓ Vou perceber como posso incorporar técnicas convencionais como o Taping ou a Terapia Miofascial na Fisioterapia Dermatofuncional;



**PATRÍCIA**  
FROES MEYER

Fisioterapeuta dedicada à Fisioterapia Dermatofuncional, colabora ativamente com a Associação Brasileira em Fisioterapia Dermato-funcional. Docente e formadora pelos vários cantos do mundo, é uma referência incontornável na investigação e prática nesta área.





# FISIOTERAPIA E CANCRO DA MAMA

## COM NUNO DUARTE



**Destinatários**  
Fisioterapeuta



**Carga horária**  
24 horas



**Horário**  
Manhã - 09:00 às 13:00  
Tarde - 14:00 às 16:00



**Certificação Dgert**

Fisioterapia e Cancro da Mama com Nuno Duarte” aborda o essencial da intervenção em fisioterapia pré e pós-cirúrgica no cancro da mama, tendo por base as guidelines internacionais mais atuais e com mais evidência.

Com Nuno Duarte, fisioterapeuta com vasta experiência neste contexto, ficará apto a avaliar e desenhar um plano de intervenção completo de reeducação funcional que dê resposta a condições específicas como linfedema do membro superior, cicatriz, edema da mama, edema da parede, linforreia, linfocelo, web syndrome, patologia de Mondor e complicações neurológicas.

No final desta que será a única edição deste curso em 2019, estará também apto a delinear um programa de prevenção do edema e infeções subcutâneas em doentes submetidos a linfadenectomia axilar, assim como a implementar um plano de intervenção pós cirurgia reconstrutiva, contribuindo de forma positiva para a melhoria da qualidade de vida em pacientes com cancro da mama.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Com base nas guidelines internacionais da intervenção do fisioterapeuta no cancro da mama, vou ser capaz de garantir uma avaliação e um plano de intervenção pré e pós-cirúrgico completo ao paciente com cancro da mama, mesmo em situações de cirurgia reconstrutiva
- ✓ Vou ser capaz de selecionar e aplicar técnicas de fisioterapia em condições específicas como cicatriz, edema da mama, edema da parede, linforreia, linfocelo, web syndrome, patologia de Mondor e complicações neurológicas
- ✓ Vou saber como e quando aplicar técnicas de redução do edema do membro superior: drenagem linfática terapêutica, contenção, exercícios específicos
- ✓ Vou saber como integrar o Modelo de Vigilância Funcional no Sobrevivente de Cancro de Mama na minha intervenção.



**NUNO  
DUARTE**

Nuno Duarte é Fisioterapeuta e a sua prática clínica centra-se sobretudo na intervenção em oncologia, sendo Fisioterapeuta no Instituto Português de Oncologia de Lisboa de Francisco Gentil desde 1991 e membro da Sociedade Europeia de Linfologia.





# FISIOTERAPIA MATERNO-INFANTIL

## REABILITAÇÃO OBSTÉTRICA E GINECOLÓGICA



### Destinatários

Fisioterapeuta; Estudante Finalista



### Carga horária

24 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00

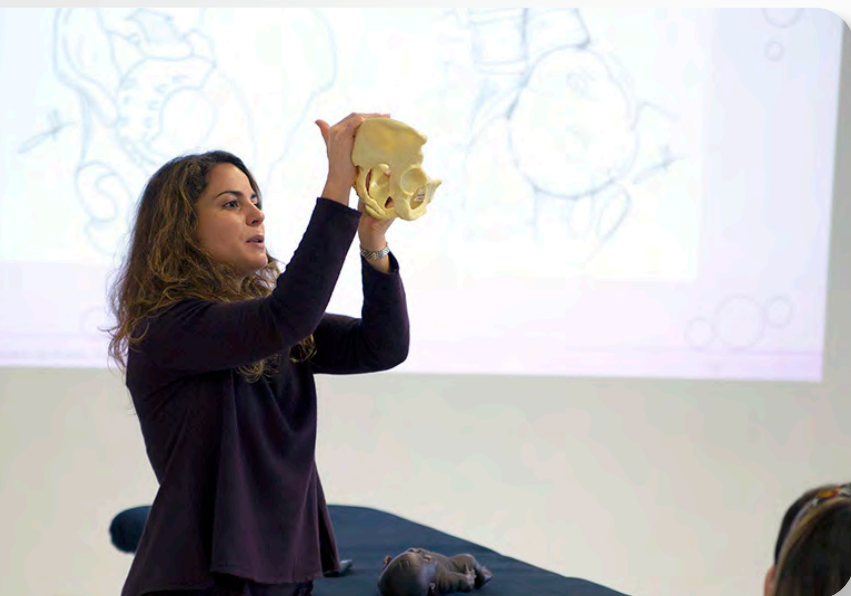


### Certificação Dgert

A prevenção e tratamento da incontinência urinária e fecal, prolapso pélvico, dor pélvica e disfunções sexuais (dispareunia e vaginismo) é de extrema importância, pois são condições frequentes, mas nem sempre corretamente tratadas.

Com base na evidência científica, guidelines clínicas e discussão de casos, em "Fisioterapia Materno-Infantil: Reabilitação Obstétrica e Ginecológica", irá compreender que estas disfunções estão muitas vezes relacionadas com alterações anatómicas da pélvis e enfraquecimento da musculatura do períneo, bem como a intervir no contexto pré e pós-cirúrgico.

Especialize-se na avaliação, diagnóstico diferencial e prevenção das disfunções do pavimento pélvico, assim como no tratamento através de técnicas conservadoras como a massagem perineal, biofeedback, Epi-No e electroestimulação, associadas a outras estratégias como à educação, tomada de consciência, técnicas comportamentais e respiratórias.



### Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ser um Fisioterapeuta mais competente e confiante para avaliar e tomar decisões sobre a abordagem terapêutica mais adequada para o meu paciente.
- ✓ Vou dominar um conjunto de técnicas conservadoras na área da terapia manual e instrumentos, assim como técnicas comportamentais, posturais e respiratórias
- ✓ Vou ser capaz de explorar, de forma autónoma e consciente, uma nova área de intervenção da fisioterapia
- ✓ Vou estar apto para educar a população sobre a importância fundamental do tratamento para tratar a incontinência urinária e disfunções sexuais
- ✓ Vou ficar apto a desenvolver um trabalho consciente na prevenção das disfunções no períneo.



**JOANA  
DA PONTE**

Joana é Licenciada em Fisioterapia pela Escola Superior de Saúde do Alcoitão (ESSA), 2011. Diplomada na área das disfunções do pavimento pélvico (uroginecologia e coloproctologia) na mulher, homem e criança, com formação ministrada no Institut National de la Kinesitherapie (Paris).



# FISIOTERAPIA MÚSCULO-ESQUELÉTICA

## PRINCÍPIOS E EVIDÊNCIA



### Destinatários

Fisioterapeuta; Estudante Finalista



### Carga horária

32 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



### Certificação Dgert

Com cada vez mais evidência sobre a eficácia da Fisioterapia, será que se impõe uma mudança de paradigma?

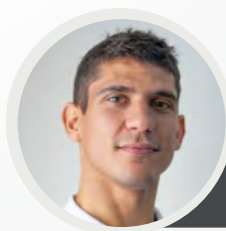
O curso Fisioterapia Músculo-Esquelética: princípios e evidência pretende que seja capaz de construir o seu modelo de intervenção, com base em princípios éticos e na evidência científica. Vai permitir que defina a sua identidade enquanto fisioterapeuta e profissional de saúde.

Para isso, os formadores Bernardo Pinto, João Noura e Lucas Brink vão focar cada etapa da intervenção em Fisioterapia Músculo-Esquelética: Pré-consulta (definição do cliente-tipo e identificação de casos em que existe contra-indicação para Fisioterapia - red-flags); Avaliação (quantificável e que suporta a intervenção); Intervenção (terapia manual, exercício e educação); e apreciação de resultados (follow-up e revisão crítica de resultados).

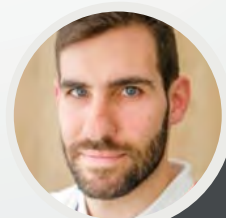


### Vou ser melhor com este curso porque...

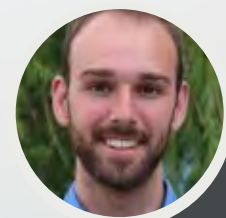
- ✓ Vou recorrer às técnicas que já possuo, otimizando os resultados através de uma abordagem centrada na pessoa e uma prática baseada na evidência
- ✓ Vou identificar quando existe alguma contraindicação ao tratamento em Fisioterapia (red-flags) e quando/como encaminhar o paciente
- ✓ Vou contribuir para o reforço da credibilidade da profissão e estreitar a relação multidisciplinar
- ✓ Vou aprender com fisioterapeutas de destaque na área da Fisioterapia Músculo-Esquelética baseada na evidência



**JOÃO**  
NOURA



**BERNARDO**  
PINTO



**LUCAS BRINK**  
CARVALHO





# FISIOTERAPIA NA ANCA

## AVALIAÇÃO E TRATAMENTO



### Destinatários

Fisioterapeuta; Estudante Finalista



### Carga horária

16 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



### Certificação Dgert

A articulação coxofemoral apresenta uma biomecânica fundamental para o desenrolar da atividade de qualquer desportista. Um diagnóstico e abordagem eficazes e atempados de uma disfunção são fundamentais para evitar lesões com interrupção prolongada da atividade física ou mesmo limitações no dia a dia de um paciente.

O curso Fisioterapia na Anca: Avaliação e Tratamento vai aumentar o seu conhecimento sobre a relação entre a biomecânica da anca com a atividade física, favorecer o raciocínio clínico, partilhar novos métodos de avaliação, estratégias de intervenção para a reabilitação e métodos de prevenção das disfunções da coxofemoral, em atletas ou não praticantes.

Será capaz de relacionar e selecionar ferramentas para atuar em lesões tão comuns como a pubalgia, conflito femoroacetabular, síndrome do tensor da fáscia lata, entre outras.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou adquirir uma capacidade de raciocínio que me vai permitir recuperar o utente ou atleta em contexto clínico, desenhar planos de trabalho de prevenção de lesões e aumentar a performance e rentabilidade de todo o aparelho musculoesquelético
- ✓ Vou compreender melhor a funcionalidade e biomecânica da anca e como relacioná-las com os gestos desportivos que o atleta desempenha, facilitando a abordagem de cada disfunção
- ✓ Vou conhecer as ferramentas de avaliação mais adequadas, assim como as mais eficazes estratégias de intervenção para ganhos de mobilidade e força, reeducação postural, libertação miofascial, coordenação e lateralidade, entre outros
- ✓ Vou aprofundar o meu conhecimento sobre a articulação coxofemoral, as suas patologias e disfunções, sendo capaz de intervir de forma mais eficaz em qualquer paciente, em contexto clínico ou desportivo



**PEDRO  
ALVES**

Pedro Alves é um fisioterapeuta de Aveiro licenciado em 2007 pela Universidade Fernando Pessoa - Faculdade ciências da saúde (UFP) com Pós-Graduação e Mestrado em Fisioterapia Desportiva pela Faculdade Motricidade Humana (FMH) desde 2009





# FISIOTERAPIA NA REABILITAÇÃO CARDÍACA



**Destinatários**  
Fisioterapeuta



**Carga horária**  
20 horas



**Horário**  
Manhã - 09:00 às 13:00  
Tarde - 14:00 às 18:00



**Certificação Dgert**

Com o curso de Fisioterapia na Reabilitação Cardíaca será capaz de planejar, seleccionar e monitorizar um programa de exercício físico individualizado, ajustado a cada paciente, de acordo com a sua patologia e necessidades especiais.

A Reabilitação Cardíaca constitui o processo pelo qual os pacientes com doença cardiovascular são encorajados e apoiados a integrar um programa com várias componentes. Este curso de Fisioterapia na Reabilitação Cardíaca pretende dar a autonomia e competência para utilizar o exercício físico como ferramenta terapêutica em pacientes com complicações cardiovasculares.

Conheça abordagem de Miguel Aragon Fitera, atualize os seus conhecimentos e evolua nesta que é uma das principais áreas de atuação da Fisioterapia



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou saber quais as patologias cardiovasculares mais frequentes e qual o processo de intervenção
- ✓ Vou desenvolver competências para planejar uma sessão com os exercícios adequados ao indivíduo com patologia cardíaca
- ✓ Vou conseguir explicar os benefícios do exercício físico e como estes ajudam no processo de reabilitação cardíaca
- ✓ Vou ficar apto a criar sessões de reabilitação cardíaca relativas a cada fase de intervenção.



**MIGUEL  
FITERA**

Miguel Aragón Fitera, Pós-Graduado em Fisioterapia Cardio-respiratória na Universidad Ramón Llull (Barcelona) e Especialista em Prescrição de Exercício Físico pelo Instituto Nacional de Educación física de la Coruña. Do seu excelente currículo fazem parte árias formações complementares e artigos publicados ao nível da Reabilitação Cardíaca.



# FISIOTERAPIA NO JOELHO

## AVALIAÇÃO E TRATAMENTO



### Destinatários

Fisioterapeuta; Estudante Finalista



### Carga horária

16 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



### Certificação Dgert

A lesão do complexo articular do joelho é uma das mais frequentes patologias no desporto.

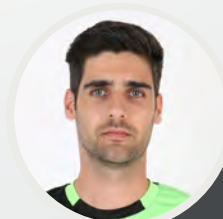
As lesões musculares, ligamentares, cartilagueiras ou meniscais desta articulação são algumas das mais temidas pelos atletas e equipas, uma vez que têm um impacto muito negativo no rendimento. Estas podem implicar longos períodos de interrupção da prática desportiva, tornando a prevenção e reabilitação numa prioridade.

No curso Fisioterapia no Joelho: Avaliação e Tratamento serão abordadas estratégias para manter o joelho dos seus atletas saudável e sem complicações, assim como critérios objetivos de retorno à competição (return to play) em segurança e com o menor risco de recidiva. Adicione a crochetação, técnicas miofasciais e a drenagem linfática ao seu leque de armas terapêuticas, complementadas pelo treino de força e exercício terapêutico.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou saber como e quando fazer os exercícios mais adequados ao momento da reabilitação, otimizando os resultados do plano de tratamento
- ✓ Vou integrar na minha intervenção técnicas como a crochetação, drenagem linfática, técnicas miofasciais, entre outras
- ✓ Vou conhecer os critérios objetivos para um retorno desportivo em segurança, reduzindo o risco de recidiva
- ✓ Vou diminuir o número de lesões desportivas, através das mais eficazes estratégias de prevenção



**RICARDO VIDAL**

Ricardo Vidal é Fisioterapeuta e exerce funções na Clínica do Dragão - Espregueira Mendes Sports Centre FIFA Medical Centre of Excellence, onde acompanha atletas de diversas modalidades. É também Fisioterapeuta da equipa profissional do Futebol Clube Paços de Ferreira e colabora ainda com a Federação Portuguesa de Ciclismo.





# FISIOTERAPIA NO OMBRO

## AVALIAÇÃO E TRATAMENTO



### Destinatários

Fisioterapeuta; Estudante Finalista



### Carga horária

16 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



### Certificação Dgert

O complexo articular do ombro é aquele com maior incidência de patologia músculo-esquelética. Continua ainda hoje a ser das articulações mais difíceis de tratar, o que a torna num desafio na prática clínica da maioria dos Fisioterapeutas e uma lacuna ao nível da formação.

Através de uma ampla visão clínica, este curso com Luís Nascimento abordará a avaliação e diagnóstico, assim como o tratamento na reabilitação do complexo articular do ombro. Conjugando diferentes técnicas de tratamento (Miofasciais, Neurodinâmicas, Invasivas e Exercício Terapêutico) e através da discussão de casos clínicos, compreenderá melhor esta articulação e será capaz de otimizar a sua intervenção.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ter a oportunidade de aprender com um Fisioterapeuta de referência em Portugal;
- ✓ Vou ser capaz de utilizar e conjugar diferentes técnicas e abordagens na reabilitação do ombro;
- ✓ Vou desenvolver o meu raciocínio e as técnicas de intervenção ao nível do complexo articular do ombro.



**LUÍS**  
NASCIMENTO

Fisioterapeuta certificado em Osteopatia pela Escola de Osteopatia de Madrid e com mestrado em Ciências da Fisioterapia. Desde cedo o seu percurso foi ligado à Fisioterapia no Desporto, onde se destacam as funções desempenhadas na equipa Profissional de Futsal do Sport Lisboa e Benfica, na equipa de Futebol de Praia do Sporting Clube de Portugal e equipa de Futebol Profissional da União Desportiva de Leiria.





# INDUÇÃO MIOFASCIAL

## TÉCNICAS ESTRUTURAIS COM ANDRZEJ PILAT



**Destinatários**  
Fisioterapeuta



**Carga horária**  
88 horas



**Horário**  
Manhã - 09:00 às 13:30  
Tarde - 15:00 às 19:00

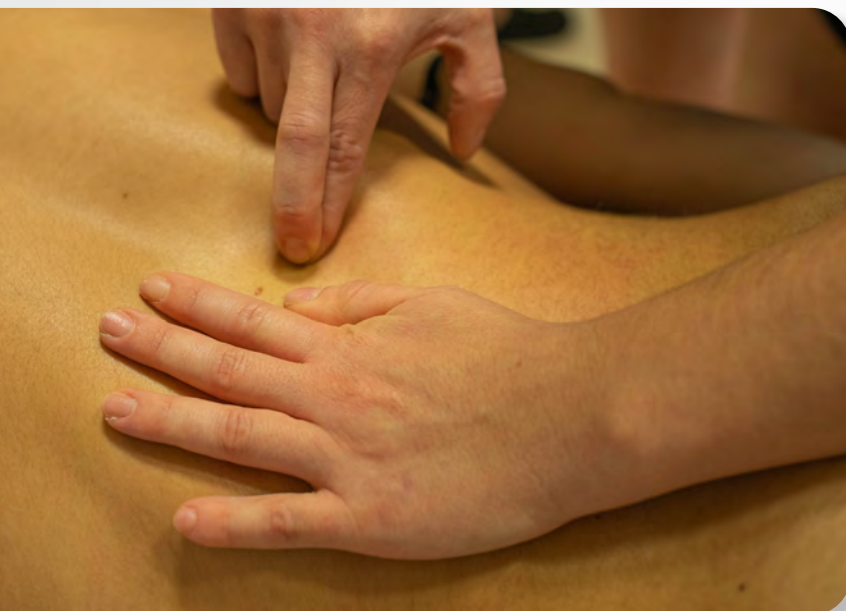


**Certificação Dgert**

Conduzido pelo criador do método Andrzej Pilat, aborda as técnicas de Indução Miofascial, garantindo-lhe a possibilidade de adquirir uma importante arma terapêutica para aliviar dor e restrições, ao mesmo tempo que partilha da experiência de um dos maiores experts em fáscia. Faça parte do grupo restrito que utiliza estas técnicas, como alguns dos melhores fisioterapeutas a nível mundial.

Com 88 horas e 4 módulos, este curso é agora ainda mais completo, renovado e atualizado segundo os mais recentes achados da evidência científica!

Este curso pode ser pago em mensalidades, consulte as modalidades de pagamento disponíveis no bloco Investimento.



**ANDRZEJ  
PILAT**

Andrzej Pilat é um dos nomes incontornáveis da Terapia Manual. Fisioterapeuta de formação, pela Escola Médica Profissional da Varsóvia, na Polónia, é o criador do Método de Indução Miofascial e Diretor da Escola de Terapias Miofasciais, Tupimek.

### Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou beneficiar da experiência de Andrzej Pilat, criador deste método e um dos maiores experts em fáscia em todo o mundo, e da sua equipa de formadores
- ✓ Vou dominar as melhores e mais atuais técnicas de Indução Miofascial para o restauro da função e alívio de dor
- ✓ Vou compreender porque a Indução Miofascial é considerada a peça que faltava na cadeia na intervenção em terapia manual
- ✓ Vou fazer parte do grupo restrito de profissionais que utilizam este importante recurso terapêutico



**FORMADORES  
TUPIMEK**

A Equipa de Formadores TUPIMEK é constituída por diversos profissionais com um elevado conhecimento teórico e know-how prático. Rigor, competência e sabedoria são características comuns a todos os elementos desta equipa. Experts em fáscia, aprenderam com Andrzej Pilat, a referência na área.



# KINESIOLOGIA APLICADA



## Destinatários

Fisioterapeuta, Osteopata com Cédula, Estudante Finalista



## Carga horária

64 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



## Certificação Dgert

A Kinesiologia Aplicada é uma das técnicas mais eficazes para diagnóstico e tratamento das disfunções do organismo (quando avaliado e encarado de uma forma holística). Com origem na Medicina Tradicional Chinesa e na Quiropraxia define-se como um sistema de toque para a saúde, ou ciência da ativação muscular, cujo principal enfoque é a avaliação com recurso ao teste muscular (músculo forte indicador) e o diagnóstico diferencial.

Tratar não é difícil; a dificuldade reside no diagnóstico e saber o que tratar. A Kinesiologia Aplicada torna-se, assim, uma poderosa ferramenta de identificação da real causa da lesão e de determinação das prioridades na sua intervenção.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou saber identificar com precisão quais as estruturas que estão a produzir sintomatologia
- ✓ Vou conseguir determinar qual a melhor intervenção a escolher para a correção das causas de lesão identificadas
- ✓ Vou saber estruturar e definir as prioridades da minha intervenção com maior precisão
- ✓ Vou conseguir integrar a Kinesiologia Aplicada, ferramenta de avaliação com comprovados resultados clínicos, com as restantes técnicas do arsenal terapêutico do Fisioterapeuta
- ✓ Vou conseguir eliminar com maior eficácia a causa da lesão e as consequências dessa mesma lesão, sempre que a mesma seja da minha competência, melhorando os meus resultados clínicos tornando-os também mais duradouros e reduzindo o tempo de tratamento.



**ALEXANDRE  
NOVAIS**

Fisioterapeuta, Empreendedor, Formador. O gosto pelo contacto e partilha de conhecimento com alunos e outros profissionais, para além dos seus reconhecidos resultados clínicos tem pautado o seu percurso. Um percurso que nos admira, que admira quem já passou pelos seus cursos ou palestras. Dotado de uma capacidade de comunicação fora de série, a empatia é, talvez, a sua característica mais marcante.





# LOW PRESSURE FITNESS

## HIPOPRESSIVOS - NÍVEL 1



### Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Técnico Exercício Físico, Outros Profissionais de Exercício (não Lic. e sem cédula), Enfermeiro, Médico, Osteopata com Cédula, Estudante Finalista



### Carga horária

15 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



### Certificação Dgert



### Certificação Ipdj

**Créditos:** 3 UC TPTEF

O Low Pressure Fitness melhora a função muscular postural, reduzindo a tensão miofascial e lesões. Tem um grande impacto a nível preventivo e terapêutico, assim como estético e de rendimento desportivo, fazendo a ponte entre o treino e a clínica.

Este sistema de treino, cujo sucesso é internacional (enorme em Espanha ou Brasil, por exemplo), tem uma aplicabilidade imensa com resultados notórios em poucas sessões. A sua base é o controlo respiratório e o alongamento postural, pelo que pode ser aplicado em qualquer lugar e sem investimento em material.

Permitindo impactar os sistemas articular, miofascial, neural e visceral, o Low Pressure Fitness garante uma enorme sensação de bem-estar aos praticantes, normalizando a musculatura “emocional” e aumentando níveis hormonais de humor, prazer e concentração.



### Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ser capaz de ter uma intervenção individual ou em grupo, de forma segura e eficaz, mesmo em casos de disfunção ou patologia
- ✓ Vou oferecer aos meus clientes ou pacientes uma maior funcionalidade, enquanto diminuem o risco de lesões e alcançam uma renovação estética e postural
- ✓ Vou aprofundar o meu conhecimento sobre o pavimento pélvico e dominarei um sistema com grande efeito na prevenção das suas disfunções
- ✓ Vou ter acesso a novas oportunidades de trabalho numa área cada vez mais reconhecida.



**LOW PRESSURE  
FITNESS COACH**







# LOW PRESSURE FITNESS

## HIPOPRESSIVOS - NÍVEL 2



### Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Técnico Exercício Físico, Outros Profissionais de Exercício (não Lic. e sem cédula), Enfermeiro, Médico, Osteopata com Cédula, Estudante Finalista



### Carga horária

15 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



**Certificação Dgert**



**Certificação Ipdj**

**Créditos:** 3 UC TPTEF

O curso de Low Pressure Fitness: Hipopressivos Nível 2 constitui uma progressão na sua formação em Low Pressure Fitness e de todas as técnicas contidas neste sistema de treino.

Os exercícios têm um grau de dificuldade superior e as transições são mais rigorosas e específicas entre as diferentes posições. Neste Nível 2, terá a oportunidade de evoluir nos diferentes exercícios através do aumento da intensidade e da integração de movimento, uma vez que os exercícios se tornam cada vez mais dinâmicos.

A avaliação torna-se mais completa através de novas ferramentas e são ainda introduzidos novos instrumentos para melhorar o desenvolvimento das componentes respiratória, neurodinâmica e miofascial. Este curso é exclusivo a alunos que tenham Certificação em Low Pressure Fitness: Hipopressivos - Nível 1.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou aprofundar os meus conhecimentos no sistema de treino LPF através de um Nível 2 bastante prático;
- ✓ Vou ser capaz de progredir nos diferentes exercícios e oferecer diferentes graus de dificuldade e progressão aos meus clientes;
- ✓ Vou conduzir treinos mais dinâmicos e com transições mais rigorosas e específicas entre as diferentes posições;
- ✓ Vou estar apto a prescrever exercícios de LPF de maior intensidade.



**LOW PRESSURE  
FITNESS COACH**





# MANIPULAÇÃO DE EXTREMIDADES NO DESPORTO



## Destinatários

Fisioterapeuta, Osteopata com Cédula, Estudante Finalista



## Carga horária

8 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:30  
Tarde - 14:00 às 18:00



## Certificação Dgert

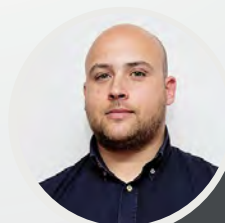
No desporto, as disfunções articulares periféricas são frequentes e necessitam de uma intervenção precoce e eficaz. Uma intervenção que pode fazer a diferença entre ter, ou não, uma lesão ou mesmo determinar o tempo de recuperação.

Desta forma, a necessidade de correcção ou ajuste directo imediato das articulações periféricas com sinais e sintomas, torna-se essencial para quem trabalha em contexto desportivo. Neste curso, com uma carga prática de 65%, irá aprender procedimentos de examinação e avaliação, protocolos de ajuste para os padrões de disfunção e anatomia palpatória nas áreas a intervir - pé, joelho, anca, punho, cotovelo e ombro.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou aprender uma ferramenta de rápida aplicação e resultados imediatos, sobretudo em contexto desportivo.
- ✓ Vou saber aplicar, com segurança, a manipulação vertebral nas extremidades.
- ✓ Vou aprender as técnicas mais atuais e com melhores resultados para manipulação das extremidades para as lesões mais comuns no desporto.



**JOÃO  
MARTINS**

João Francisco Martins é osteopata pela Universidade Lusíada de Lisboa desde 2009 e Pós-Graduado em Osteopatia no Desporto pela Academia Espanhola de Osteopatia (2012). Destaca-se o seu gosto pelas áreas da terapia manual, desporto e mesoterapia.





# MANIPULAÇÃO VERTEBRAL



## Destinatários

Fisioterapeuta



## Carga horária

32 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:30

Tarde - 14:00 às 18:00

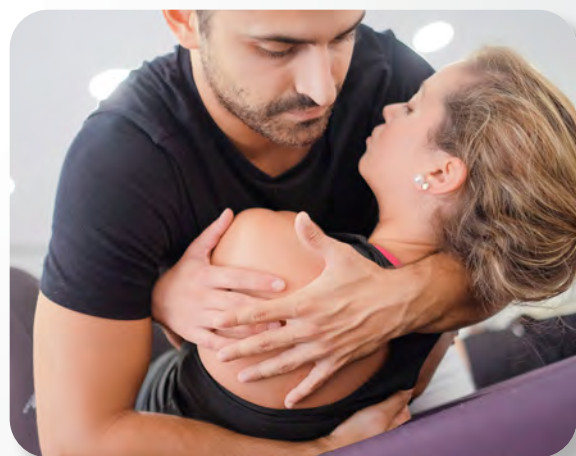


## Certificação Dgert

A manipulação vertebral é uma das técnicas de terapia manual que maior impacto causa junto dos pacientes.

Contudo, para atingir todo o seu potencial, esta ferramenta terapêutica deve ser aplicada tendo por base um raciocínio clínico sistematizado.

No curso Manipulação Vertebral, conduzido por Sofia Milhano, fisioterapeuta e osteopata, irá conhecer os princípios biomecânicos e fisiológicos da manipulação vertebral, conhecer as contra-indicações relativas e absolutas e várias técnicas manipulativas, a aplicar de acordo com uma avaliação ponderada, com base no raciocínio clínico e na evidência científica mais atual.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou integrar um curso com muita prática e conduzido por uma formadora portuguesa com uma vasta experiência clínica
- ✓ Vou compreender as bases da manipulação partindo de uma visão osteopática
- ✓ Vou dominar técnicas com rápidos resultados e que potencia, na perfeição, todas as restantes componentes dos meus planos terapêuticos
- ✓ Vou conhecer as manipulações vertebrais com melhores resultados para cada segmento vertebral
- ✓ Vou conhecer as contra-indicações relativas e absolutas da manipulação vertebral



**SOFIA MILHANO**

Sofia Milhano é licenciada em Fisioterapia pela Escola Superior de Saúde Vale do Sousa, Osteopata pela EOM e atualmente está a frequentar o Mestrado em Medicina Tradicional Chinesa no ICBAS.





# MASTER EM FISIOTERAPIA E READAPTAÇÃO DESPORTIVA



## Destinatários

Fisioterapeuta, Estudante Finalista



## Carga horária

157 horas



## Horário

Sexta a Domingo\*: 09:00 às 13:00  
14:00 às 18:00 | \*com exceções

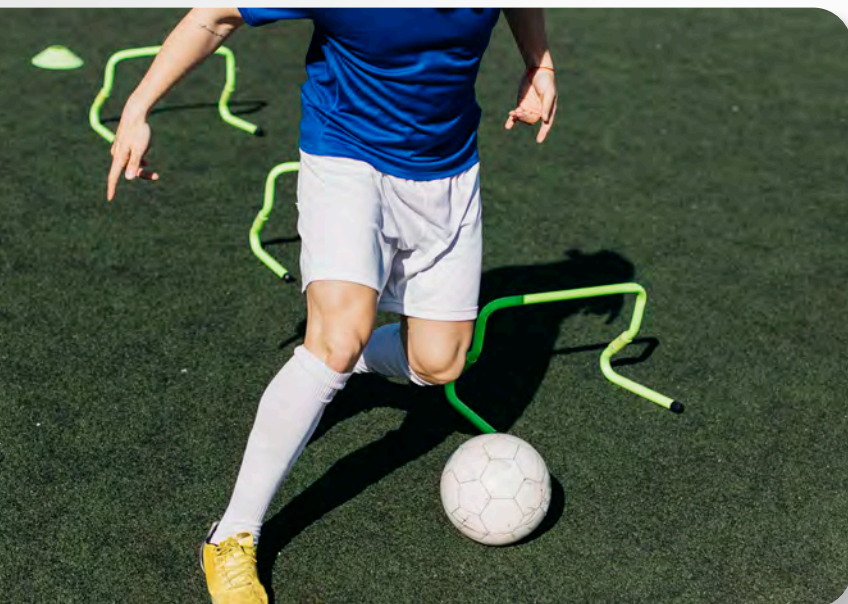


## Certificação Dgert

Sonha com grandes palcos do desporto internacional? Esta é uma oportunidade única de usufruir da experiência de quem lá está e adquirir o conhecimento necessário para lá chegar.

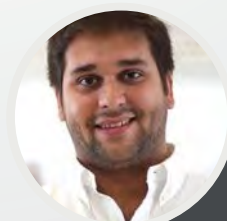
Uma NOVIDADE no âmbito da formação nacional, o Master em Fisioterapia e Readaptação Desportiva reúne algumas das figuras de maior destaque neste contexto, prontas para transformar a visão dos fisioterapeutas e torná-los num elemento imprescindível à equipa técnica, desde escalões de formação à alta competição.

Atualmente, é fundamental que o fisioterapeuta no desporto domine os princípios de treino e exercício, para que possa ser o elemento central de um processo de reintegração do atleta - desde a lesão até ao retorno à competição. Também a prevenção de lesões e otimização da performance dependem de um acompanhamento mais próximo do atleta ou equipa em situação de treino.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou conhecer e aprender com algumas das maiores referências da Fisioterapia Desportiva, com papel ativo no desporto de alta competição a nível mundial
- ✓ Vou dominar os princípios do movimento, treino e exercício, competências que realmente especializam o Fisioterapeuta em Desporto
- ✓ Vou ter acesso ao conhecimento da Fisiologia, do Treino e Exercício, da Neurociência, Movimento e Controlo Motor que me permitirão uma intervenção mais completa e eficaz
- ✓ Vou participar num Master com forte componente prática, conduzido por profissionais que estão no terreno
- ✓ Vou ganhar o respeito dos atletas e restante equipa técnica, através de uma abordagem muito mais abrangente

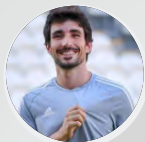


**RUI  
FARIA**

Rui Faria é Fisioterapeuta pela Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha e Pós Graduado em Osteoetiopatia pela ATMS (Bélgica). No seu currículo destaca-se também o Mestrado em Fisioterapia no Desporto e Adaptação à Atividade Física pela Escuelas Universitarias de Gimbernat (Universidad Autónoma de Barcelona).



**LUÍS** LIMA



**RÚBEN** FERREIRA



**HELDER** MONTEIRO



**FRANCISCO** TAVARES



**JORGE** JORGE



**PEDRO** CUNHA



**JORGE** SILVÉRIO



**SÉRGIO** PATIÑO



**GONZALO** LLANSÓ



**HENRIQUE** JONES



**ANTÓNIO** PEDRO MENDES

## Programa Modular

- **Módulo 1**

Introdução à Fisioterapia no Desporto e Readaptação à Actividade Física

- **Módulo 2**

Conceitos Fundamentais em Medicina Desportiva

- **Módulo 3**

Fundamentos da Fisioterapia no Desporto e Readaptação à Actividade Física

- **Módulo 4**

Fisiologia do Exercício, Treino e Recuperação do Atleta

- **Módulo 5**

Terapia Manual no Desporto: Abordagem Manual à Patologia Traumática e Microtraumática

- **Módulo 6**

Cadeias Miofasciais, Movimento e Performance

- **Módulo 7**

Sistema Postural e Proprioceptivo: Neurologia Aplicada ao Movimento e Gesto Desportivo

- **Módulo 8**

Neurociências Aplicadas ao Desporto e Particularidades dos Desportos Individuais



## MASTERCLASS: POSTUROLOGIA: SISTEMA POSTURAL, PROPRIOCEPTIVO E NEUROCIÊNCIAS APLICADAS AO MOVIMENTO



### Destinatários

Fisioterapeuta, Estudante Finalista



### Carga horária

5 horas



### Horário

Tarde - 14:00 às 19:00

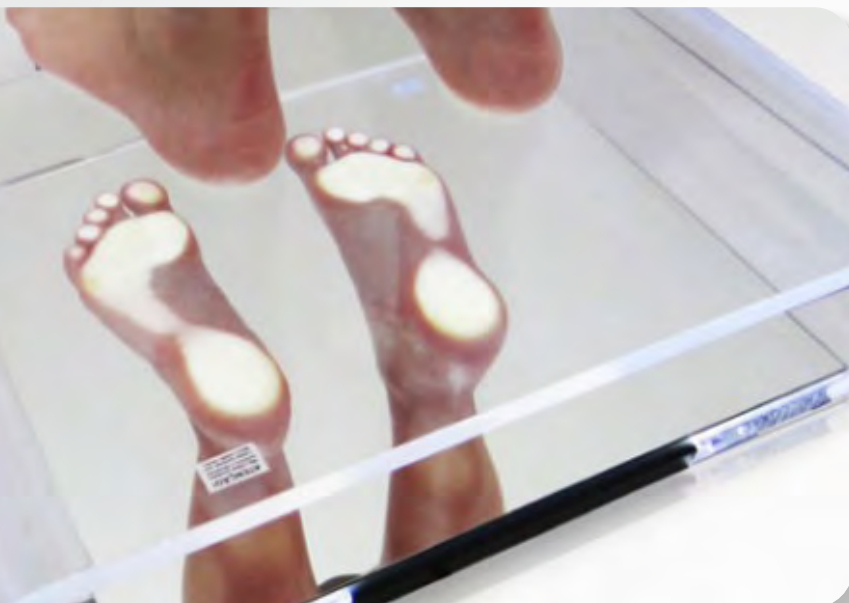


### Certificação Dgert

Centrada no impacto do sistema postural e proprioceptivo no Sistema Nervoso Central e, por isso, na performance, movimento e condição clínica, esta masterclass pioneira agrega saberes de diferentes áreas como a Neurologia Aplicada, Posturologia, Mobilidade Primitiva, Controlo Motor e Neurociências.

Com uma base teórica e científica sólida, ficará a saber como pode utilizar as principais estruturas do sistema postural (captadores posturais) na abordagem terapêutica.

Ontogénese, respiração, sistemas de cadeias de ativação sinérgica, lateralidades, treino cognitivo e multissensorial serão apenas alguns dos conceitos abordados. Pela mão do Fisioterapeuta Rui Faria, fique apto a intervir sobre aquele que é o sistema com maior preponderância no controlo do movimento, perceção corporal e representação cortical, conseguindo atuar de forma multifatorial e adaptada ao contexto de cada caso, recorrendo ao Exercício e Terapia Manual.



### Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou dominar o conceito “captadores posturais”, as principais estruturas do sistema postural
- ✓ Vou ser capaz de intervir sobre aquele que é o sistema com maior preponderância no controlo do movimento, na perceção corporal e representação cortical
- ✓ Vou adquirir conhecimentos, com transfer imediato para a prática clínica, sobre o impacto do sistema postural e proprioceptivo na performance e movimento
- ✓ Vou potenciar a minha intervenção na área do Exercício e Terapia Manual, ao adquirir skills da avaliação mais convencional da posturologia clássica, compreender a influência deste sistema postural e proprioceptivo sobre a performance e movimento
- ✓ Vou saber como uma alteração no mapeamento cortical e consequente dificuldade de antecipação do cérebro, pode estar na origem de condições clínicas que se manifestam através de dor, fadiga e falta de mobilidade.



**RUI  
FARIA**

Rui Faria é Fisioterapeuta pela Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha e Pós Graduado em Osteoetiopia pela ATMS (Bélgica). No seu currículo destaca-se também o Mestrado em Fisioterapia no Desporto e Adaptação à Atividade Física pela Escuelas Universitarias de Gimbernat (Universidad Autónoma de Barcelona).





# MASTERCLASS: BIOMECÂNICA DA CORRIDA



## Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Técnico Exercício Físico, Director Técnico Desporto, Estudante Finalista



## Carga horária

5 horas



## Horário

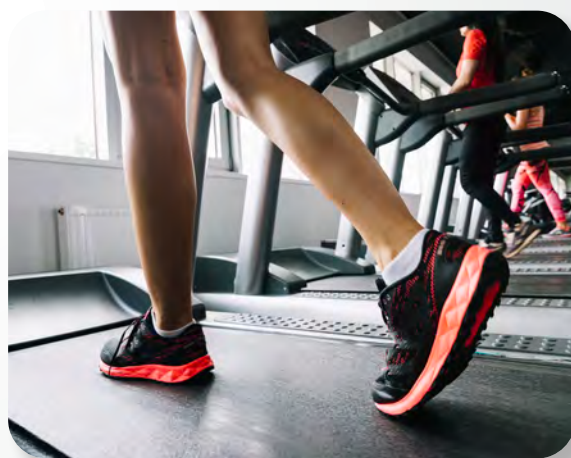
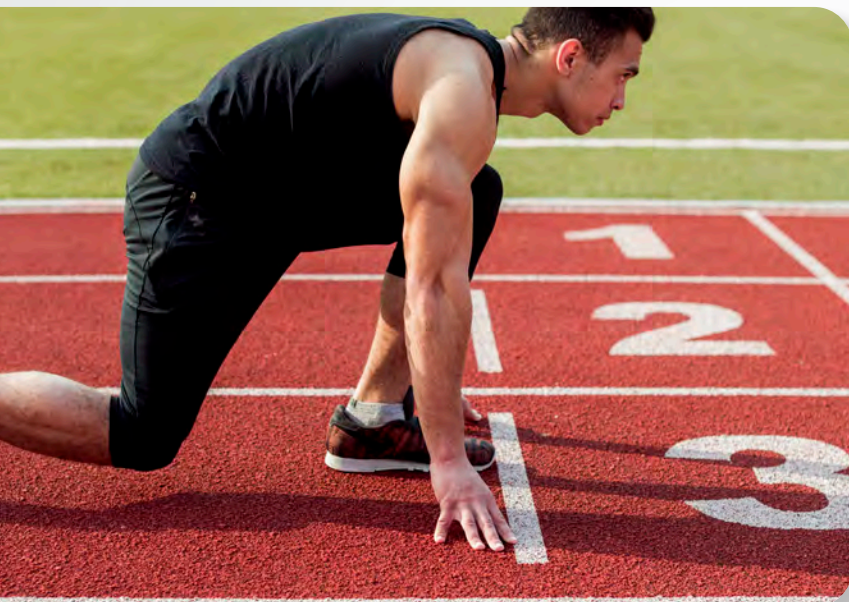
Tarde - 14:00 às 19:00



## Certificação Dgert

A Masterclass: Biomecânica da Corrida pretende dar-lhe a conhecer as especificidades biomecânicas e técnicas da corrida, na voz de um formador especializado na área. Com este conhecimento, pretende-se que seja capaz de otimizar a performance do atleta ou praticante, assim como prevenir e reabilitar lesões.

A partir de uma análise da técnica e características do atleta ou praticante, será capaz de definir os principais objetivos da intervenção. Vai abordar o aconselhamento das características do calçado desportivo mais adequadas ao indivíduo, para além das estratégias mais indicadas para o fortalecimento muscular e mobilidade, tudo isto com base em vários casos reais.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou distinguir diferentes técnicas de corrida, os seus padrões de movimento e possíveis alterações
- ✓ Vou conhecer estratégias para correção de alterações biomecânicas e de técnica de corrida
- ✓ Vou saber que estratégias aplicar para aumento da performance de corrida ou prevenção de lesões de atletas ou praticantes amadores



**DAVID  
MAIA**

David Maia iniciou a sua incursão no desporto através do Triatlo sendo atleta federado desde 2007 e, após uma lesão desportiva, decidiu seguir a carreira de Fisioterapeuta. Licenciado em Fisioterapia pela Escola Superior de Saúde de Alcoitão desde 2014, iniciou no mesmo ano a sua prática ligada ao desporto no Gabinete de Fisioterapia no Desporto.



# MASTERCLASS: EXERCÍCIO FÍSICO EM ONCOLOGIA



## Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Técnico Exercício Físico, Director Técnico Desporto, Estudante Finalista



## Carga horária

5 horas



## Horário

Tarde - 14:00 às 19:00



## Certificação Dgert

Atualmente, a prática regular de exercício físico é vista como fundamental para a manutenção de um estilo de vida saudável. No doente oncológico, a realidade não é diferente.

A evidência científica comprova o impacto positivo da atividade física na qualidade de vida do paciente com cancro. Desde o foro físico, ao fisiológico e psicológico, as melhorias são claras, mesmo em fases de tratamento (quimioterapia, radioterapia ou hormonoterapia), nas quais o exercício poderá mesmo diminuir a expressividade dos sintomas associados.

Sabe como orientar o treino desta população? Na Masterclass: Exercício Físico em Oncologia serão abordados os aspetos mais importantes sobre o doente oncológico, de forma a que o aluno seja capaz de aplicar as melhores estratégias de acordo com a fase de tratamento em que se encontra, sem esquecer todos os cuidados a ter em cada tipo de cancro.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ser capaz de prescrever e acompanhar de forma segura exercício físico em doentes com cancro, durante e após tratamento
- ✓ Vou conhecer as características físicas e psicológicas do doente oncológico
- ✓ Vou compreender as especificidades do treino do doente oncológico, tendo em conta os seus objetivos e cuidados a ter
- ✓ Vou perceber de que forma o exercício físico é benéfico na doença oncológica e como devo orientá-lo



**TIAGO  
MOREIRA**

Sofia Milhano é licenciada em Fisioterapia pela Escola Superior de Saúde Vale do Sousa, Osteopata pela EOM e atualmente está a frequentar o Mestrado em Medicina Tradicional Chinesa no ICBAS.





# MASTERCLASS: TECNOLOGIA E INOVAÇÃO AO SERVIÇO DO PROFISSIONAL DO EXERCÍCIO



## Destinatários

Licenciado Desporto/Educação Física, Técnico Exercício Físico, Treinador Desporto, Director Técnico Desporto, Estudante Finalista



## Carga horária

5 horas



## Horário

Tarde - 14:00 às 19:00



## Certificação Dgert

O crescimento exponencial de tecnologias ao serviço do Profissional de Exercício Físico tem sido evidente nos últimos anos. Por todo o mundo, equipas multidisciplinares criaram inúmeras aplicações móveis, softwares, dispositivos wireless e tecnologia de ponta, que rapidamente se tornaram ferramentas de trabalho essenciais.

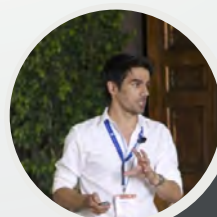
Inove. Diferencie-se. Acompanhe os avanços tecnológicos desenvolvidos na área da avaliação, prescrição e monitorização do exercício, de forma a saber quais os mais indicados para as suas necessidades.

Neste curso, com o especialista Pedro Morouço, não serão apenas discutidos os exemplos de tecnologias e aplicações existentes (p.e. wearables, sensores de posição, velocímetros), mas será desafiado a refletir sobre oportunidade de projeção e desenvolvimento de equipamentos tecnológicos inovadores que possam servir a sociedade.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou adquirir experiência prática, quer como utilizador quer como desenvolvedor de aplicações e outras tecnologias aliadas ao Exercício e Saúde
- ✓ Vou ter acesso a várias ferramentas de excelência para a minha atuação no dia-a-dia
- ✓ Vou conseguir optar pelas ferramentas tecnológicas e aplicações mais indicadas para a minha prática diária
- ✓ Vou ter a possibilidade de conhecer a experiência do formador, quer como utilizador quer como desenvolvedor de tecnologias aliadas ao Exercício e Saúde



**PEDRO  
MOROUÇO**

Pedro Morouço é licenciado em Desporto e Educação Física, mestre em Treino de Alto Rendimento Desportivo, e doutorado em Ciências do Desporto. Para além disso é ainda Treinador de Natação, investigador, docente e coordenador do Departamento em Motricidade Humana e do mestrado em Prescrição do Exercício e Promoção da Saúde.





# MASTERCLASS: TREINO DE FORÇA PARA UM ENVELHECIMENTO FORTE E SAUDÁVEL



## Destinatários

Licenciado Desporto/Educação Física, Técnico Exercício Físico, Treinador Desporto, Director Técnico Desporto, Estudante Finalista



## Carga horária

8 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



## Certificação Dgert

O crescimento exponencial de tecnologias ao serviço do Profissional de Exercício Físico tem sido evidente nos últimos anos. Por todo o mundo, equipas multidisciplinares criaram inúmeras aplicações móveis, softwares, dispositivos wireless e tecnologia de ponta, que rapidamente se tornaram ferramentas de trabalho essenciais.

Inove. Diferencie-se. Acompanhe os avanços tecnológicos desenvolvidos na área da avaliação, prescrição e monitorização do exercício, de forma a saber quais os mais indicados para as suas necessidades.

Neste curso, com o especialista Pedro Morouço, não serão apenas discutidos os exemplos de tecnologias e aplicações existentes (p.e. wearables, sensores de posição, velocímetros), mas será desafiado a refletir sobre oportunidade de projeção e desenvolvimento de equipamentos tecnológicos inovadores que possam servir a sociedade.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ser capaz de justificar a importância do treino de força no envelhecimento e de vários factores que afectam a performance humana com base na evidência científica
- ✓ Vou aprender como realizar e adaptar os movimentos base com barra olímpica e com kettlebell em indivíduos com diferentes patologias, tais como a doença cardíaca, doença respiratória e disfunção cognitiva
- ✓ Vou aprender com um profissional que tem aplicado esta metodologia com grande sucesso na sua prática e que já ajudou centenas de pessoas a melhorar a sua qualidade de vida.



**PEDRO  
CORREIA**

Nasceu no Funchal, ilha da Madeira e estabeleceu como missão ajudar todos aqueles que pretendem melhorar a sua performance não só no desporto, mas também em qualquer actividade da sua vida, sempre sob uma perspectiva holística que inclui Movimento, Nutrição, Mentalidade e Regeneração.



# MEDICINA CHINESA NA ESTÉTICA



## Destinatários

Fisioterapeuta, Osteopata com Cédula, Estudante Finalista



## Carga horária

16 horas



## Horário

Manhã - 09:30 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:30

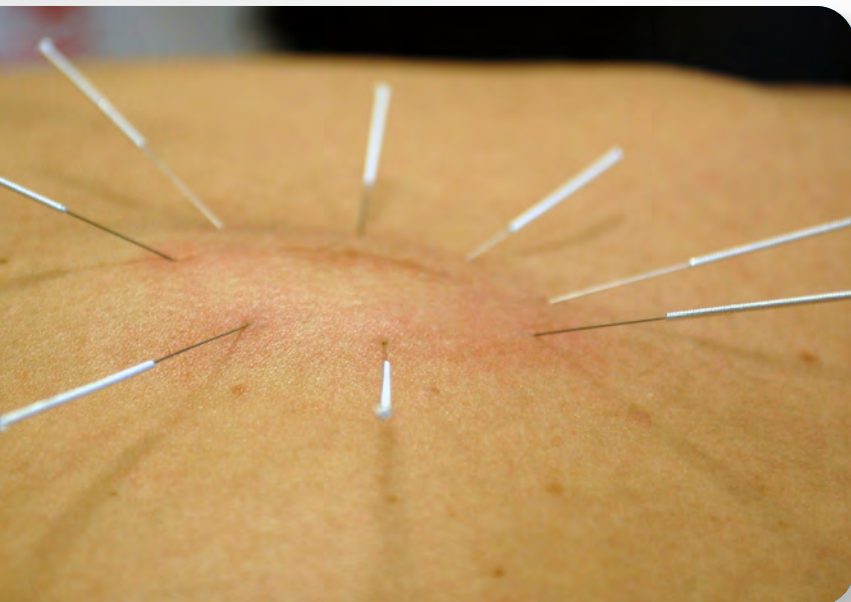


## Certificação Dgert

A Medicina Chinesa compreende um conjunto de práticas da Medicina Tradicional desenvolvidas e utilizadas na China desde há milhares de anos. É hoje considerada pela OMS como uma terapia complementar válida na intervenção em várias patologias e disfunções.

De facto, a Medicina Chinesa pode ser também uma forte aliada na intervenção em diversas disfunções estéticas, como a celulite, gordura localizada, cicatrizes e estrias. Pelas suas técnicas não invasivas, apresenta poucas ou nenhuma contraindicações, podendo ser aplicada de uma forma simples, segura e muito eficaz.

Neste curso, ficará a saber um pouco mais sobre a Medicina Chinesa, expressão da cultura e conhecimento orientais, ficando também a conhecer as ferramentas essenciais para obter melhores resultados nos tratamentos estéticos - as agulhas de acupuntura, as ventosas e o guasha.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou saber um pouco mais sobre a Medicina Tradicional Chinesa, o seu conceito e princípios fundamentais;
- ✓ Vou conhecer melhor alguns recursos da Medicina Chinesa, nomeadamente a acupuntura, a ventosoterapia e o Guasha;
- ✓ Vou alcançar melhores resultados no tratamento das disfunções estéticas, como celulite, gordura localizada, cicatrizes e estrias;
- ✓ Vou beneficiar da experiência e conhecimento de Helena Justo, uma das formadoras com mais experiência e melhor feedback dos alunos Bwizer.



**HELENA  
JUSTO**

Helena Justo é uma profissional dedicada e apaixonada pela Acupuntura e Medicina Chinesa, com uma experiência incomparável nestas áreas.





# MESOTERAPIA HOMEOPÁTICA



## Destinatários

Fisioterapeuta, Enfermeiro, Médico, Osteopata com Cédula, Farmacêutico/Técnico de Farmácia, Estudante Finalista



## Carga horária

16 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



## Certificação Dgert

A Mesoterapia Homeopática consiste na administração intradérmica de pequenas doses de soluções homeopáticas.

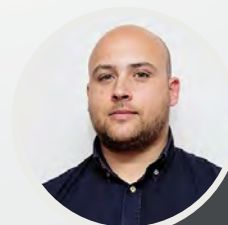
A Mesoterapia Homeopática é considerada uma poderosa aliada e coadjuvante terapêutica e, neste curso, ficará a compreender como a pode integrar na sua prática clínica, potenciando as restantes técnicas que já utiliza!

A sua capacidade de estimular as reações naturais do organismo traduz-se numa ação positiva sobre a lesão e sintomas. Desta forma, permite alcançar, com total segurança, excelentes resultados nas disfunções dermatofuncionais (estéticas) e patologias músculo-esqueléticas, desde logo na dor, inflamação e regeneração tecidual.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ter uma intervenção com resultados mais rápidos na diminuição da dor e recuperação em patologias músculo-esqueléticas
- ✓ Vou passar a utilizar uma técnica muito procurada e valorizada em contexto desportivo, mesmo como tratamento de 1ª linha
- ✓ Vou dominar uma técnica eficaz quando a terapia manual não está indicada, principalmente em situações inflamatórias agudas
- ✓ Vou utilizar uma ferramenta segura, isenta de efeitos secundários e de fácil utilização
- ✓ Vou ser capaz de intervir, de forma diferenciada, na área da estética, podendo rapidamente alcançar o retorno do meu investimento



**JOÃO  
MARTINS**

João Francisco Martins é osteopata pela Universidade Lusíada de Lisboa desde 2009 e Pós-Graduado em Osteopatia no Desporto pela Academia Espanhola de Osteopatia (2012). Destaca-se o seu gosto pelas áreas da terapia manual, desporto e mesoterapia.





# MÉTODO MÉZIÈRES



**Destinatários**  
Fisioterapeuta



**Carga horária**  
40 horas



**Horário**  
Manhã - 09:00 às 13:00  
Tarde - 14:00 às 18:00



**Certificação Dgert**

O Método Mézières é um método de reeducação funcional muscular, postural e global, fundamentado sobre os princípios descobertos por Françoise Mézières.

O formador Jean Marie Drouard, aluno e colega de Françoise Mézières, afirma que “a originalidade do método Mézières, está na evidência do excesso de força da musculatura posterior nas várias patologias encontradas no âmbito da fisioterapia”.

Este é o método referência, em reeducação postural/ cadeias musculares, que pela sua evolução e excelentes resultados é utilizado por algumas das maiores referências internacionais.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ter acesso a um método que revolucionará para sempre a minha prática clínica, ao integrar o conhecimento das cadeias musculares segundo a visão e raciocínio clínico do método Mézières;
- ✓ Vou identificar as principais causas da lesão e saberei intervir de forma global nas disfunções dos meus pacientes;
- ✓ Vou beneficiar do conhecimento de Jean-Marie Drouard, uma das maiores referências mundiais do método Mézières;
- ✓ Vou ficar apto a aplicar de imediato o método, diferenciando a minha prática, o que permitirá rentabilizar o investimento.



**JEAN-MARIE DROUARD**

Jean-Marie Drouard foi aluno e colaborador de Françoise Mézières após 1973 e formador após 1984. É secretário da Associação Méziérista Internacional de Fisioterapeutas da região de Ile de France e Formador em vários países sobre o método Mézières.



# MÉTODO OFICIAL KINESIO TAPING



## Destinatários

Fisioterapeuta, Enfermeiro, Medico, Estudante Finalista, Terapeuta Ocupacional



## Carga horária

16 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



## Certificação Dgert e Internacional KTAI®

Com foco na avaliação do tecido lesado e na análise da melhor aplicação a ser utilizada, com o Método Oficial Kinesio Taping® poderá oferecer aos seus pacientes uma solução de reabilitação mundialmente testada, validada cientificamente e que irá garantir resultados na diminuição do tempo de reabilitação - uma solução com efeitos imediatos e a longo prazo. Uma metodologia com resultados cientificamente comprovados ao nível da modulação do sistema nervoso.

Este curso, com forte componente prática, trata-se da única formação oficial do Método Kinesio Taping®.

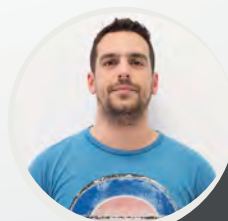


## Vou ser melhor com este curso porque...

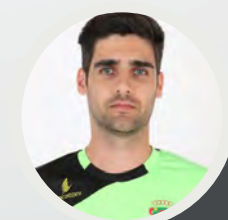
- ✓ Vou oferecer aos meus pacientes uma solução terapêutica adequada a todos os estadios do plano de tratamento (agudo, sub-agudo, crónico, pós-cirúrgico, preventivo, etc) e que pode ser combinada com várias soluções terapêuticas
- ✓ Vou ser capaz de utilizar um método que pode ser utilizado em qualquer pessoa e que me permitirá intervir em patologias músculo-esqueléticas, neurológicas, linfáticas, entre outras
- ✓ Vou utilizar uma metodologia mundialmente testada, validada cientificamente que me permitirá acelerar o processo de reabilitação com efeitos imediatos e a longo prazo
- ✓ Vou ser um profissional internacionalmente certificado pela KTAI®, a única formação oficial existente no mundo do Método Kinesio Taping®



**CERTIFIED KINESIO  
TAPING INSTRUCTOR**



**SÉRGIO  
FRAIDE**



**RICARDO  
VIDAL**





# NEUROCIÊNCIA DA DOR PARA FISIOTERAPEUTAS



## Destinatários

Fisioterapeuta, Estudante Finalista



## Carga horária

16 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



## Certificação Dgert

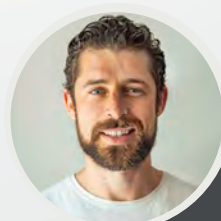
Neurociência da Dor para Fisioterapeutas irá ajudá-lo no planeamento e análise do processo de reabilitação. Neste curso aprenderá a suportar a sua prática clínica nas correntes mais recentes da neurociência, no que respeita à compreensão da dor e mecanismos neurofisiológicos associados, que servirão de base a todo o seu raciocínio clínico e intervenção terapêutica em Fisioterapia.

Potencie a sua intervenção através de estratégias eficientes como a entrevista à pessoa com dor, aprofundando a avaliação da dor crónica. Será também abordado todo o processo clínico de educação para o movimento na dor, incidindo na comunicação educacional como peça-chave.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou compreender a dor à luz de várias linhas das neurociências, integrando diferentes modelos clínicos
- ✓ Vou desenvolver competências comunicacionais na avaliação e educação para o movimento, centradas em modelos atuais e integradores da pessoa
- ✓ Vou saber como promover estratégias ativas nos meus pacientes, durante a sua recuperação e implementando intervenções mais eficientes na dor
- ✓ Vou dominar diferentes formas de dessensibilização do sistema nervoso, nomeadamente orientação terapêutica na perspectiva comunicacional, autogestão da dor, adaptação e exposição gradual ao movimento
- ✓ Vou aprofundar as dimensões do ser humano fundamentais na compreensão e acompanhamento de pessoas com quadros dolorosos, num modelo de intervenção centrado na pessoa, à luz das neurociências.



**TIAGO  
FREITAS**

Licenciado em Fisioterapia pela Escola Superior de Saúde do Alcoitão, Mestre em Fisioterapia, ramo de especialização em Condições Músculo-esqueléticas pela Escola Superior de Saúde/ IPS e Faculdade de Ciências Médicas/ UNL.



# NEURO-REABILITAÇÃO AVANÇADA EM PEDIÁTRIA



## Destinatários

Fisioterapeuta, Terapeuta Ocupacional, Estudante Finalista



## Carga horária

32 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



## Certificação Dgert



A Neuro-reabilitação pediátrica centra-se no papel do profissional de saúde face às necessidades específicas da criança de acordo com a fase neurodesenvolvimental em que esta se encontra.

Ao juntar-se a nós, irá conhecer, treinar, aplicar e discutir teorias e métodos com eficácia comprovada, tais como: Técnicas Neurodesenvolvimentais, Treino Funcional, Método Therasuit, teoria de Exercício Neurocognitivo (de Carlo Perfetti) e Integração Sensório Motora dos Reflexos, tornando o seu plano de intervenção mais eficaz e adaptado a cada paciente.

A partir de uma avaliação cuidada, o profissional deve ser capaz de desenvolver tratamentos individualizados, com foco nas diferentes vertentes de desenvolvimento específico e da sua influência no desenvolvimento global envolvendo os cuidadores neste processo.

Tenha acesso a um conjunto de técnicas inovadoras de intervenção precoce em pediatria, com base na evidência científica mais recente. Faça com que a sua intervenção crie um impacto positivo na reabilitação da criança, e que esse se mantenha na sua vida adulta.



**SÓNIA  
SILVA**

Sónia Silva iniciou a sua prática em Reabilitação Neurológica Pediátrica intensiva com profissionais do CIREN (Centro Internacional de Restauração Neurológica, em Cuba) no CHS-CIREN (parceria luso-internacional), onde desenvolveu a curiosidade pela compreensão de diferentes metodologias/ferramentas e inerente procura de campo do significado efectivo da palavra neuroplasticidade.



**ADRIANA  
MACHADO**

Adriana Machado é licenciada em Fisioterapia pelo Instituto Superior do Alto Ave (ISAVE). Iniciou em 2012 a sua experiência em reabilitação neurológica intensiva na clínica CHS-CIREN (Cuidados Holísticos de Saúde - Centro Internacional de Restauração Neurológica)

## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Adquirir conhecimentos em neuro-reabilitação pediátrica, potenciando o desenvolvimento global da criança numa fase precoce
- ✓ Incluir os cuidadores no plano de intervenção, demonstrando a importância destes no plano de neuroreabilitação da criança
- ✓ Aplicar de forma eficaz, diferentes metodologias de intervenção inovadoras, tais como o Método Therasuit, a Integração Sensório Motora dos Reflexos e o Treino Rítmico Motor e a teoria de Exercício Neurocognitivo (autor: Carlo Perfetti).





# NUTRIÇÃO AVANÇADA NO DESPORTO



## Destinatários

Nutricionista/Dietista, Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Técnico Exercício Físico, Treinador Desporto, Outros Licenciados em Saúde



## Carga horária

16 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 19:00 ou 21:00



## Certificação Dgert



## Certificação Ipdj

**Créditos:** 8 UC TPTEF



Quanto sabe sobre nutrição e performance? E sobre exigências nutricionais dos atletas em treino ou mesmo sobre suplementação?

De forma a promover um conhecimento de “A a Z”, e garantir a nutrição de qualidade e com fundamento, no desporto, este curso dará acesso às bases fisiológicas do exercício, à avaliação nutricional, à nutrição e performance, à gestão nutricional da composição corporal e aos suplementos nutricionais. Todos estes tópicos serão relacionados com a nutrição aplicada a diferentes tipos de desportos para uma visão completa da Nutrição Desportiva.

Com um corpo docente de excelência composto por verdadeiras referências na área, clínicos e produtores de investigação científica, irá ter contacto com os principais tópicos de nutrição aplicada ao desporto, de acordo com a mais atual evidência científica, recorrendo a exemplos mais específicos da prática desportiva para ilustrar as exigências nutricionais dos atletas em treino e competição.

No final deste curso será capaz de criar estratégias alimentares sólidas.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou beneficiar do conhecimento avançado, e baseado na evidência, da melhor equipa de Nutricionistas Desportivos do país
- ✓ Vou aplicar os conhecimentos de nutrição e suplementação a atividades tão distintas como o futebol, desportos de endurance e bodybuilding
- ✓ Vou saber diferenciar as crenças e mitos nutricionais, com que sou confrontado pelos meus clientes
- ✓ Vou conhecer a mais recente evidência científica em Nutrição Desportiva, sistematizada por formadores que contribuem para a produção e enriquecimento da investigação em Nutrição.



**VÍTOR HUGO  
TEIXEIRA**

Licenciado e Doutoramento em Nutrição Humana pela Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto (FCNAUP). É também Sub-diretor da FCNAUP e conselheiro da Ordem dos Nutricionistas. No âmbito da nutrição e desporto, lecciona na FMUP e FMUL, sendo também investigador na área da Nutrição e Desporto.



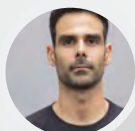
## ANTÓNIO PEDRO MENDES

António Pedro Mendes é licenciado em Ciências da Nutrição pela Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto.



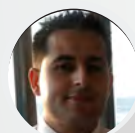
## PEDRO CARVALHO

Pedro Carvalho é licenciado em Nutrição pela Universidade do Porto e finalizou o seu doutoramento em 2015 em Ciências do Consumo Alimentar e Nutrição.



## MÁRIO SIMÕES

Se tiver a oportunidade de ver o Mário Simões falar de fisiologia, verá que é possível falar deste tópico, tão distante para muitos, de forma clara, segura e com pontes sistemáticas com o treino.



## FILIPE TEIXEIRA

Filipe Teixeira é licenciado em Ciências da Nutrição pela Universidade Atlântica e já conta com uma vasta experiência profissional nomeadamente no estrangeiro.



## GABRIEL MARTINS

Licenciado em Dietética e Nutrição e Mestre em Treino e Nutrição Desportiva, Gabriel Martins é atualmente Nutricionista na equipa ciclista Esteve-Chozas Team.



## ANA GOIOS

Nutricionista, licenciada em Ciências da Nutrição na Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto (FCNAUP)



## CÉSAR LEÃO

César Leão é licenciado em Ciências da Nutrição pela Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto.



## Programa Modular

- **Módulo 1**  
Bases fisiológicas do exercício e Avaliação Nutricional
- **Módulo 2**  
Nutrição e gestão da composição corporal e Nutrição e Performance Desportiva
- **Módulo 3**  
Suplementos alimentares e Substâncias ergogénicas
- **Módulo 4**  
Nutrição aplicada
- **Módulo 5**  
Nutrição aplicada e Nutrição na prevenção e recuperação de lesão





# NUTRIÇÃO E SUPLEMENTAÇÃO DESPORTIVA



## Destinatários

Nutricionista/Dietista, Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Técnico Exercício Físico, Treinador Desporto, Outros Licenciados em Saúde



## Carga horária

16 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 19:00 ou 21:00



## Certificação Dgert



## Certificação Ipdj

**Créditos:** 3.2 UC TPTEF



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou adquirir uma visão crítica e segura acerca de questões relacionadas com a nutrição e a suplementação
- ✓ Vou ter uma intervenção mais global, olhando não só para as componentes do treino, mas também da nutrição e suplementação
- ✓ Vou conquistar a confiança dos meus clientes ao demonstrar capacidade de atuar com eficácia em diversas dimensões relacionadas com uma boa performance

A nutrição é um dos fatores com maior peso na saúde. Aliada à atividade física, contribui para a manutenção de um peso e composição corporal adequados, assim como para a melhoria da performance.

A nutrição é também essencial para a prevenção e tratamento de lesões, ainda que este benefício seja bem menos conhecido. De facto, nos últimos anos um outro conceito impôs-se como obrigatório: a suplementação. Aqui é imperioso saber como fazer a distinção entre produtos, bem como compreender um pouco da legislação e perigos de dopagem! As equipas técnicas e profissionais de saúde estão preparadas para dar resposta às dúvidas e preocupações dos atletas?

Com este curso renovado aprenderá os fundamentos teóricos de nutrição e suplementação no desporto e será capaz de encarar de forma crítica e baseada na evidência todas as situações e dúvidas que possam surgir! Para isto vai contar com a ajuda de duas das maiores referências na área da nutrição desportiva nacional - Vitor Hugo Teixeira e António Pedro Mendes.



**VÍTOR HUGO  
TEIXEIRA**

Licenciado e Doutorado em Nutrição Humana pela Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto (FCNAUP). É também Sub-diretor da FCNAUP e conselheiro da Ordem dos Nutricionistas. No âmbito da nutrição e desporto, lecciona na FMUP e FMUL, sendo também investigador na área da Nutrição e Desporto.



**ANTÓNIO  
PEDRO MENDES**

António Pedro Mendes é licenciado em Ciências da Nutrição pela Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, encontrando-se neste momento a fazer o Doutoramento em Nutrição Clínica na mesma instituição.



# OSTEOPATIA PEDIÁTRICA

**Destinatários**

Fisioterapeuta, Osteopata com Cédula, Estudante Finalista

**Carga horária**

32 horas

**Horário**

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00

**Certificação Dgert**

A Osteopatia Pediátrica oferece uma enorme diversidade de técnicas manuais que lhe permitirão avaliar e intervir em patologias e quadros clínicos tais como deformações cranianas, cefaleias, cólicas, bronquiolite, torcicolo congénito, escoliose, luxação congénita da anca ou mesmo otite.

Quadros clínicos considerados habitualmente como não resolúveis ou de baixo sucesso terapêutico e que são razão de desconforto prolongado para o bebé ou criança, e para os seus familiares.

Com base na avaliação e raciocínio clínico osteopático, para além da possibilidade de acesso a casos reais, saberá como planear e executar um tratamento com sucesso, intervindo na real causa do desconforto da criança.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou integrar uma visão osteopática que me permitirá determinar a causa por detrás do desconforto da criança
- ✓ Vou conhecer um conceito de intervenção que irá tornar mais precisa e eficaz a forma como avalio e trato a criança
- ✓ Vou oferecer soluções com resultados às crianças e famílias que trato
- ✓ Vou saber relacionar os sintomas manifestados pela criança com acontecimentos na gravidez, parto e pós-parto
- ✓ Vou integrar um curso com muita prática e conduzido por uma formadora portuguesa com uma vasta experiência clínica na área



**SOFIA  
MILHANO**

Sofia Milhano é licenciada em Fisioterapia pela Escola Superior de Saúde Vale do Sousa, Osteopata pela EOM e Mestre em Medicina Tradicional Chinesa pelo ICBAS.





# PILATES CLÍNICO MW1

## CERTIFICAÇÃO MATWORK APPI



### Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Estudante Finalista, Terapeuta Ocupacional



### Carga horária

16 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



Certificação: Dgert | APPI | IPDJ

Créditos 3.2 UC TPTEF e DT

A Australian Physiotherapy and Pilates Institute (APPI) modificou os 34 exercícios do Pilates Tradicional para garantir que cada um é relacionado com a disfunção e padrões normais de movimento, tornando o Pilates Clínico seguro e efetivo na patologia. Este método distingue-se também por ser desenvolvido em permanência, em contexto real, na clínica APPI em Londres.

Em Pilates Clínico MW1 Certificação Matwork APPI (The Foundation) terá contacto com a evidência e princípios do Pilates Clínico APPI, assim como com os exercícios de nível principiante e os exercícios contraindicados.

Neste curso serão abordados 16 movimentos no colchão (matwork) para treino da estabilidade lombo-pélvica, escapulo-torácica e cervical.



● **Pré-requisito:** Este curso é exclusivo a alunos que tenham frequentado os Módulos MW1, MW2 e MW3 da APPI



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou dominar as bases de um método eficaz num vasto leque de patologias, melhorando os padrões de movimento e estabilidade do meu paciente/ aluno
- ✓ Vou ser capaz de implementar sessões individuais e aulas de grupo de Pilates Clínico em diferentes populações
- ✓ Vou estar apto a prescrever os 16 movimentos no colchão (matwork) para treino da estabilidade lombo-pélvica, escapulo-torácica e cervical
- ✓ Vou dar o 1º passo no mundo APPI, desenvolvendo competências na área do Pilates Clínico, um método de reabilitação cada vez mais procurado pelos pacientes e pelos empregadores



**APPI**  
TRAINER





# PILATES CLÍNICO MW2

## CERTIFICAÇÃO MATWORK APPI



### Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Estudante Finalista, Terapeuta Ocupacional



### Carga horária

16 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



Certificação: Dgert | APPI | IPDJ

Créditos 3.2 UC TPTEF e DT

Neste curso irá adquirir a confiança e conhecimento para promover uma aula de Pilates Clínico (assiste a um tutorial de uma aula de Pilates Clínico, aqui), desde o warm-up ao cool-down. Será capaz de selecionar os pequenos equipamentos (bola suíça, theraband, soft ball e foam roller) e exercícios mais indicados de acordo com os objetivos e população.

Em Pilates Clínico MW2 Certificação Matwork APPI, também designado de Class Instructor, irá abordar tudo o que precisa para conduzir uma aula de grupo de Pilates Clínico para melhoria do controlo postural, através de exercícios com foco na estabilidade lombo-pélvica.

Trata-se de um curso indispensável para quem pretende ser instrutor de Pilates, uma vez que irá ampliar a sua capacidade de ensino, melhorando as suas ferramentas perante um grupo e consolidando o conhecimento adquirido no MW1 para os tratamentos personalizados.

- **Pré-requisito:** Este curso é exclusivo a alunos que tenham frequentado os Módulos MW1, MW2 e MW3 da APPI



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ser capaz de criar e conduzir aulas de Pilates Clínico, com criatividade e desafio, de acordo com a avaliação do indivíduo e do grupo
- ✓ Vou oferecer um treino e reabilitação eficaz na melhoria do controlo postural, através de um conjunto de exercícios com foco na estabilidade lombo-pélvica
- ✓ Vou dominar os diferentes tipos de classes e oportunidades do mercado, assim como saber demonstrar e vender o meu potencial em Pilates Clínico
- ✓ Vou aprofundar conhecimentos no Pilates Clínico, um método de reabilitação cada vez mais procurado pelos pacientes e empregadores



**APPI**  
TRAINER







# PILATES CLÍNICO MW3

## CERTIFICAÇÃO MATWORK APPI



### Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Estudante Finalista, Terapeuta Ocupacional



### Carga horária

16 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



Certificação: Dgert | APPI | IPDJ

Créditos 3.2 UC TPTEF e DT

Mantendo o propósito da reabilitação, com foco no treino de estabilização lombo-pélvica, escapulo-torácica e cervical, assim como na mobilidade vertebral, neste nível evoluirá para movimentos complexos, através de 30 novos exercícios, que poderão ser integrados numa fase de melhoria de performance física e bem-estar.

Em Pilates Clínico MW3 Certificação Matwork APPI (Intermediate/Advanced), terá a oportunidade de conhecer e experienciar os exercícios com um maior grau de dificuldade, dando continuidade ao MW1.

Com base em estudos de caso para discussão de planos de tratamento/ treino, classes avançadas de Pilates Clínico, utilização de pequenos equipamentos e workshops para trabalhar as suas capacidades de ensino e instrução do método, irá tornar-se um melhor instrutor..



● **Pré-requisito:** Este curso é exclusivo a alunos que tenham frequentado os Módulos MW1, MW2 e MW3 da APPI



### Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou tornar-me um melhor instrutor de Pilates Clínico, com mais recursos à minha disposição e mais capaz de assegurar uma progressão gradual e funcional
- ✓ Vou aprender progressões dos exercícios do MW1, conhecer 30 novos exercícios e promover classes avançadas de Pilates Clínico
- ✓ Vou melhorar as minhas competências de condução de classes através de dicas verbais, visuais e auditivas para um feedback mais efetivo
- ✓ Vou aprofundar conhecimentos no Pilates Clínico, um método de reabilitação cada vez mais procurado pelos pacientes e empregadores



**APPI**  
TRAINER





# PILATES COM BOLA



## Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Terapeuta Ocupacional, Estudante Finalista



## Carga horária

7 horas



## Horário

Manhã - 09:30 às 13:00

Tarde - 14:00 às 17:00



Certificação: Dgert | APPI | IPDJ

**Créditos** 1.4 UC TPTEF e DT

O treino com a bola suíça oferece um maior desafio sensório-motor, exigindo uma maior estabilidade e força ao core, ao mesmo tempo que proporciona diversidade ao treino.

Pilates com Bola é um curso CPD (Continuing Professional Development) da APPI extremamente prático, onde aprenderá a incorporar, de forma eficaz, os exercícios de Pilates com bola suíça no seu programa de reabilitação e treino.

Ficará a conhecer exercícios de mobilidade, flexibilidade, força e equilíbrio com recurso à bola suíça, para uma intervenção individual ou em classes/aulas, sempre baseada nos 5 elementos chave do Pilates Clínico e consolidada por estudos de caso.



● **Pré-requisito:** Este curso é exclusivo a alunos que tenham frequentado os Módulos MW1, MW2 e MW3 da APPI



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ser capaz de introduzir exercícios com bola nos meus programas de reabilitação e treino individuais e em grupo
- ✓ Vou aprender a manipular as variáveis sensório-motoras e de trabalho de core através do recurso a bases instáveis como a bola suíça no Pilates Clínico
- ✓ Vou oferecer diversidade, desafio e diversão aos meus alunos, ao promover novos estímulos
- ✓ Vou ter acesso a formação certificada e reconhecida internacionalmente que foi desenvolvida e continuamente testada em contexto real nas clínicas APPI



**APPI  
TRAINER**







# PILATES COM EQUIPAMENTOS

## CERTIFICAÇÃO APPI



### Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Terapeuta Ocupacional, Estudante Finalista



### Carga horária

7 horas



### Horário

Manhã - 09:30 às 13:00

Tarde - 14:00 às 17:00



Certificação: Dgert | APPI | IPDJ

Créditos 1.4 UC TPTEF e DT

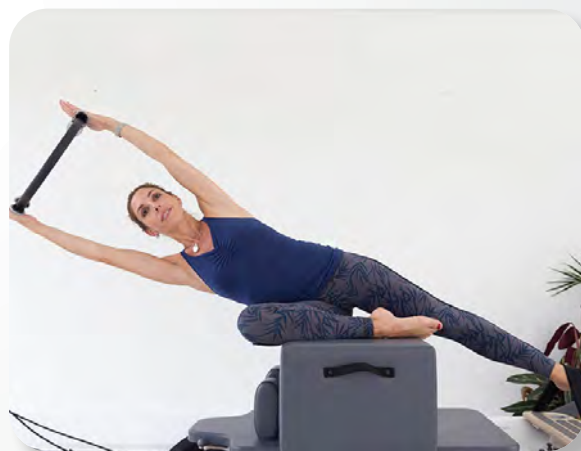
O treino com a bola suíça oferece um maior desafio sensório-motor, exigindo uma maior estabilidade e força ao core, ao mesmo tempo que proporciona diversidade ao treino.

Pilates com Bola é um curso CPD (Continuing Professional Development) da APPI extremamente prático, onde aprenderá a incorporar, de forma eficaz, os exercícios de Pilates com bola suíça no seu programa de reabilitação e treino.

Ficará a conhecer exercícios de mobilidade, flexibilidade, força e equilíbrio com recurso à bola suíça, para uma intervenção individual ou em classes/aulas, sempre baseada nos 5 elementos chave do Pilates Clínico e consolidada por estudos de caso.



● **Pré-requisito:** Este curso é exclusivo a alunos que tenham frequentado os Módulos MW1, MW2 e MW3 da APPI



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou oferecer algo realmente diferenciador aos meus alunos e pacientes, um treino e reabilitação com Reformer, Cadillac, Split Pedal Chair e Arc Barrel
- ✓ Vou responder à tendência que é o Pilates com Equipamentos e à grande procura por parte de clientes com poder económico, garantindo um rápido retorno do investimento
- ✓ Vou proporcionar resultados reais na postura e imagem do meu aluno e cliente através de um treino e reabilitação dinâmico e desafiante
- ✓ Vou ser capaz de incluir os exercícios de Pilates com Equipamentos, com base na avaliação, raciocínio e evidência científica mais atual
- ✓ Vou ter acesso a formação certificada e reconhecida internacionalmente que foi desenvolvida e continuamente testada em contexto real nas clínicas APPI.



**APPI**  
TRAINER





# PILATES NA CIRURGIA DA COLUNA VERTEBRAL



## Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Terapeuta Ocupacional, Estudante Finalista



## Carga horária

8 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



Certificação: Dgert | APPI | IPDJ

Créditos 1.6 UC TPTEF e DT

Sabia que 80 a 90% das pessoas irá vivenciar pelo menos um episódio de dor vertebral ao longo da sua vida? E que muitas vezes a única solução é a cirurgia vertebral? Pilates na Cirurgia da Coluna Vertebral é um curso CPD (continuing professional development) da APPI onde se aborda o essencial para conduzir sessões individuais e classes de Pilates Clínico nas diferentes fases do pós-cirúrgico da laminectomia, discectomia e fusão vertebral.

Neste curso ficará a conhecer que precauções deve ter em conta quando estrutura o seu plano de intervenção, bem como qual a forma mais segura e eficaz de utilizar estes exercícios de estabilização (dinâmica, rotatória e estática), mobilidade, alongamento e força e suas progressões na reeducação do movimento e postura no pós-cirúrgico da coluna vertebral.



- **Pré-requisito:** Este curso é exclusivo a alunos que tenham frequentado os Módulos MW1, MW2 e MW3 da APPI



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou recordar os 5 elementos chave do Pilates Clínico APPI, compreendendo que a Respiração e Centering (usando músculos abdominais e do pavimento pélvico) devem ser trabalhados ainda no hospital
- ✓ Vou ser capaz de avaliar e desenhar um plano de exercícios de Pilates Clínico (sessão individual ou classes) para as diferentes fases de recuperação no pós-operatório (laminectomia, discectomia e fusão vertebral)
- ✓ Vou estar apto a utilizar o Pilates Clínico como meio de reabilitação que permite adaptar o exercício às necessidades e objetivos do indivíduo, assim como fazer uma progressão segura e eficaz
- ✓ Vou ter acesso a formação certificada e reconhecida internacionalmente, que foi desenvolvida e continuamente testada em contexto real nas clínicas APPI



**APPI**  
TRAINER







# PILATES NA HIPERMIBILIDADE

## CERTIFICAÇÃO APPI



### Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Terapeuta Ocupacional, Estudante Finalista



### Carga horária

7 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00  
Tarde - 14:00 às 17:00



Certificação: Dgert | APPI | IPDJ

Créditos 0.0 UC TPTEF e DT

Amplie o seu leque de recursos terapêuticos.

Sabe como usar o Pilates Clínico para intervir, com segurança, em pessoas com Hiper mobilidade, melhorando a sua qualidade de vida e prevenindo lesões?

Pilates na Hiper mobilidade é um curso CPD (Continuing Professional Development) da APPI onde irá aprender a construir um raciocínio clínico orientador desde a avaliação à seleção e aplicação dos exercícios de respiração, estabilidade, mobilidade e fortalecimento mais adequados para pessoas com hiper mobilidade.

Neste curso, terá a oportunidade de aprender mais sobre a fisiopatologia por detrás da Hiper mobilidade assim como os desafios de se trabalhar com este tipo de clientes.



- **Pré-requisito:** Este curso é exclusivo a alunos que tenham frequentado os Módulos MW1, MW2 e MW3 da APPI



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ter a oportunidade de recordar e aprofundar os meus conhecimentos e bases do conceito de Pilates Clínico APPI
- ✓ Vou compreender o conceito de hiper mobilidade do ponto de vista anatómico e fisiológico, assim como a pertinência do método de Pilates Clínico na intervenção nesta patologia
- ✓ Vou ser capaz de prever exercícios de Pilates Clínico APPI, direcionados para sessões individuais e para sessões de grupo
- ✓ Vou ter acesso a formação certificada e reconhecida internacionalmente que foi desenvolvida e continuamente testada em contexto real nas clínicas APPI.



**APPI**  
TRAINER





# PILATES PARA CRIANÇAS



## Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Terapeuta Ocupacional, Estudante Finalista



## Carga horária

8 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



Certificação: Dgert | APPI | IPDJ

**Créditos** 1.6 UC TPTEF e DT

As crianças e jovens estão cada vez mais sedentárias o que se reflete, tanto num maior nível de disfunções posturais, como também em patologias como a obesidade e diabetes.

Pilates para Crianças é um curso CPD (Continuing Professional Development) da APPI, onde irá aprender a utilizar o método de Pilates na prevenção e reabilitação de disfunções em crianças e jovens, tendo sempre em conta a fase de desenvolvimento em que se encontra.

Com base na investigação mais atual e numa abordagem muito pedagógica, irá prevenir o sedentarismo, assim como potenciar a atividade física e a criação de bons hábitos posturais, ao mesmo tempo que trabalha capacidades fundamentais como a concentração e equilíbrio.



- **Pré-requisito:** Este curso é exclusivo a alunos que tenham frequentado os Módulos MW1, MW2 e MW3 da APPI



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ser capaz de trabalhar com crianças e jovens de forma eficaz, adaptando a minha comunicação e estratégias, quer em sessões individuais, quer em grupo
- ✓ Vou impactar positivamente a saúde e vida destas crianças e jovens, para que, hoje e amanhã, sejam mais saudáveis e ativos
- ✓ Vou contribuir para o desenvolvimento pleno da criança e jovem, melhorando a sua capacidade de socialização e de concentração, bem como equilíbrio, marcha e coordenação motora
- ✓ Vou ter acesso a formação certificada e reconhecida internacionalmente que foi desenvolvida e continuamente testada em contexto real nas clínicas APPI



**APPI  
TRAINER**







### Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Terapeuta Ocupacional, Estudante Finalista



### Carga horária

8 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



Certificação: Dgert | APPI | IPDJ

**Créditos** 1.6 UC TPTEF e DT



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou ser capaz de avaliar, prescrever e acompanhar um plano de exercícios de Pilates para Escolioses em contexto individual e de aula de grupo/classe
- ✓ Vou ser capaz de prever exercícios home-based para tratamento da escoliose
- ✓ Vou compreender quais os principais tipos de curvas e a sua relação com a respiração
- ✓ Vou ter acesso a formação certificada e reconhecida internacionalmente que foi desenvolvida e continuamente testada em contexto real nas clínicas APPI

# PILATES PARA ESCOLIOSES

Escoliose idiopática ou congénita? É capaz de desenhar um plano de intervenção com base em exercícios de Pilates para cada tipo de curva?

Pilates para Escolioses é um curso CPD (Continuing Professional Development) da APPI onde irá aprender a construir um raciocínio clínico orientador desde a avaliação até à seleção e aplicação dos exercícios de respiração, alongamento, mobilidade e fortalecimento mais adequados em contexto individual ou aula de grupo/ classe.

Aprenderá ainda a prescrever um programa de exercícios home-based para tratamento da escoliose.

- **Pré-requisito:** Este curso é exclusivo a alunos que tenham frequentado os Módulos MW1, MW2 e MW3 da APPI



**APPI  
TRAINER**





# PILATES PRÉ E PÓS-NATAL

## CERTIFICAÇÃO APPI



### Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Terapeuta Ocupacional, Estudante Finalista



### Carga horária

16 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



Certificação: Dgert | APPI | IPDJ

**Créditos** 3.2 UC TPTEF e DT

O Pilates durante e após a Gravidez acarreta inúmeros benefícios para a saúde da mulher, como a melhoria da circulação sanguínea e o fortalecimento abdominal e da musculatura pélvica, que reduzem o risco de incontinência urinária e desconforto. Pilates Pré e Pós Natal é um curso com a marca APPI, prático e dinâmico, muito pedido pelos alunos. Permite ao formando evoluir na sua formação em Pilates, adaptando os diversos exercícios ao contexto da gravidez e ao período da recuperação após o parto.

Tenha acesso às guidelines mais atuais de exercício Pré e Pós Natal e aprenda como intervir em contexto real, de forma individual ou através de classes.



● **Pré-requisito:** Este curso é exclusivo a alunos que tenham frequentado os Módulos MW1, MW2 e MW3 da APPI



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou adquirir competências específicas de Pilates Clínico no contexto pré e pós-parto que me vão permitir atuar, de forma individual ou em classes/ aulas de grupo
- ✓ Vou contribuir decisivamente para os níveis de saúde da mamã e bebé, através de um programa de exercícios de Pilates seguro e eficaz no pré e pós-parto
- ✓ Vou estar apto a responder às dúvidas e necessidades das mulheres e sua rede de suporte, para uma vivência mais saudável e positiva do pré e pós-parto
- ✓ Vou ter acesso a formação certificada e reconhecida internacionalmente que foi desenvolvida e continuamente testada em contexto real nas clínicas APPI



**APPI**  
TRAINER







# PREPARAÇÃO PARA O NASCIMENTO PÓS-PARTO



## Destinatários

Fisioterapeuta, Enfermeiro, Médico, Terapeuta Ocupacional, Estudante Finalista



## Carga horária

24 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00  
Tarde - 14:00 às 18:00



## Certificação Dgert

“Preparação para o Nascimento: Pós-Parto” com a Fisioterapeuta Maria João Alvito, pretende capacitar o profissional de saúde a acompanhar o casal durante o pós-parto - descubra já como pode ajudar os pais neste artigo sobre a utilização da cinta abdominal na gravidez e pós-parto.

Ficará apto a planejar sessões de exercício físico e reeducação perineal (exercícios do pavimento pélvico) para a recuperação física da mulher, assim como a proporcionar estratégias diferenciadoras em cuidados ao bebé (higiene, alimentação, posicionamentos, etc) de acordo com os resultados da sua avaliação e necessidades da mãe/pai/bebé.

Durante o curso, serão integradas ferramentas para gerir a componente psicológica, a adaptação do casal à parentalidade e a integração do bebé no contexto familiar.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou compreender a abordagem da Fisioterapeuta Maria João Alvito, um dos nomes incontornáveis em Portugal nesta área
- ✓ Vou integrar uma formação que é reconhecida como referência no âmbito da Preparação para o Nascimento e que tem como base as recomendações e linhas orientadoras mais atuais relativas aos cuidados pós natais
- ✓ Vou dominar conceitos relacionados com a adaptação física e psicológica no pós-parto, adaptação ao processo de parentalidade e desenvolvimento do bebé
- ✓ Vou ser capaz de desenvolver um plano de intervenção e preparação para os pais, para a mãe enquanto mulher e para o bebé.



**MARIA JOÃO  
ALVITO**

Maria João Alvito é licenciada em Fisioterapia e até ao momento realizou mais de 200 cursos para profissionais de saúde e educação em Portugal e no estrangeiro. De salientar que tem desenvolvido formação na área da Saúde da Mulher e Educação Parental em diversos países.



# PREPARAÇÃO PARA O NASCIMENTO

## PRÉ-PARTO



### Destinatários

Fisioterapeuta, Enfermeiro, Médico, Terapeuta Ocupacional, Estudante Finalista



### Carga horária

24 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00  
Tarde - 14:00 às 18:00



### Certificação Dgert

Um curso desenhado por Maria João Alvito, que pretende formar o profissional de saúde para acompanhar o casal durante a gravidez e parto.

Ficará apto, segundo uma visão multidisciplinar, a planejar, acompanhar e promover ações de preparação para o parto com recurso ao exercício físico no pré-parto, exercícios perineais, massagem na gravidez e no trabalho de parto, posturas de alívio de dor, técnicas de relaxamento como a de Laura Mitchell, tendo por base a evidência e recomendações mais atuais e as necessidades encontradas no contexto familiar.

Serão também abordados conceitos no âmbito da educação e adaptação do casal à parentalidade, assim como estratégias para ajudar a mãe/pai/casal a lidar com as mudanças físicas, emocionais e psicológicas.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou conhecer a abordagem de Maria João Alvito, um dos nomes incontornáveis nesta área, e estar apto a dar resposta à crescente procura por programas de preparação para o parto
- ✓ Vou estar apto a integrar uma equipa multidisciplinar para o planeamento, implementação, monitorização e avaliação de ações e programas de pré-parto
- ✓ Vou conhecer as recomendações e linhas orientadoras mais atuais relativas aos cuidados pré-natais, exercício físico no pré-parto sem esquecer os exercícios perineais, massagem na gravidez e parto, assim como sobre as posturas de alívio de tensão e Técnica de relaxamento Laura Mitchell
- ✓ Vou dominar conceitos no âmbito da adaptação do casal à parentalidade e ensino ao casal sobre a melhor forma de vivenciar esta etapa.



**MARIA JOÃO**  
ALVITO

Maria João Alvito é licenciada em Fisioterapia e até ao momento realizou mais de 200 cursos para profissionais de saúde e educação em Portugal e no estrangeiro. De salientar que tem desenvolvido formação na área da Saúde da Mulher e Educação Parental em diversos países.





# REABILITAÇÃO DO LIGAMENTO CRUZADO ANTERIOR DA LESÃO À PERFORMANCE



**Destinatários**



**Carga horária**



**Horário**



**Certificação Dgert**

Dada a elevada incidência de lesões do ligamento cruzado anterior (LCA), a taxa de recidiva no regresso à prática desportiva e a dificuldade em atingir o nível de performance anterior à lesão, é fundamental individualizar o processo de reabilitação. Será que a forma como procuramos devolver os atletas à competição o mais cedo possível é a que traz maior benefício para si e para a equipa a longo prazo?

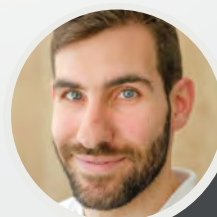
Através de um plano de intervenção estruturado, será capaz de interpretar os indicadores adequados para a progressão do processo de reabilitação. Este deve constituir a linha condutora para alcançar os resultados pretendidos, com recurso às ferramentas indicadas em cada momento.

Da ocorrência da lesão, às estratégias de avaliação, intervenção e comunicação, até ao retorno ao treino (return to training) e retorno à competição (return to play), este é o curso que vai atualizar e potenciar o raciocínio do fisioterapeuta perante um dos casos mais frequentemente encontrados na prática clínica.



**Vou ser melhor com este curso porque...**

- ✓ Vou ser capaz de construir e conduzir um processo de reabilitação individualizado após ligamentoplastia do Ligamento Cruzado Anterior (LCA);
- ✓ Vou recorrer a um cronograma de avaliação, com indicadores clínicos adequados às diferentes fases de reabilitação, que atuam como critérios de evolução;
- ✓ Vou desenvolver competências ao nível da prescrição de treino, abordando a importância da mobilidade, RM, periodização e regulação de carga de treino, segundo as condicionantes motoras e a relação entre a tarefa, o trabalho analítico e funcional.



**BERNARDO  
PINTO**

Licenciado em Fisioterapia pela Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa, em Lisboa, e Pós-Graduado em Saúde Pública pela Escola Nacional de Saúde Pública.



# REABILITAÇÃO VESTIBULAR

## INTERVENÇÃO NAS DISFUNÇÕES DO EQUILÍBRIO



### Destinatários

Fisioterapeuta, Médico, Terapeuta Ocupacional, Terapeuta da Fala



### Carga horária

20 horas



### Horário

Manhã - 08:30 às 13:30  
Tarde - 14:30 às 19:30



### Certificação Dgert

Sabia que as queixas por tontura ou vertigem são bastante comuns? Com base na evidência mais recente e com uma forte componente prática, em “Reabilitação Vestibular: Intervenção nas Disfunções do Equilíbrio” ficará apto a avaliar e diagnosticar patologias vestibulares que provocam alterações de equilíbrio, assim como a selecionar e aplicar exercícios e técnicas de terapia manual no adulto, idoso e criança.

Partindo do tripé sensorial “labirinto, propriocepção e visão”, saberá realizar um tratamento funcional na hipofunção vestibular, desaferentação vestibular bilateral, vertigem posicional paroxística benigna (VPPB), disfunção pós traumatismo crânio encefálico, tonturas e desequilíbrios não vestibulares, deficits de controlo vestibular e postural infantil, assim como nos desequilíbrios de origem cervical e vertigem craniana.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou compreender a importância da avaliação dos reflexos vestibulo-ocular (RVO), vestibulo-espinhal (RVE) e vestibulo-cervical (RVC);
- ✓ Vou ter acesso à evidência científica mais recente na área e compreender como a posso integrar na minha prática clínica;
- ✓ Vou ser capaz de intervir, de forma eficaz e segura, em pacientes com patologias vestibulares que provocam disfunções de equilíbrio, ajudando-os a diminuir o recurso a medicamentos ou cirurgia;
- ✓ Vou aprender com um formador de renome em Reabilitação Vestibular, que é simultaneamente Fisioterapeuta e Osteopata e que, por isso, integra estas duas visões na sua intervenção;
- ✓ Vou tornar-me num profissional diferenciado, nesta que é uma área em crescimento, mas que ainda carece de profissionais especializados.



**HERMÍNIO  
GONÇALVES**

Hermínio Gonçalves é um Fisioterapeuta brasileiro, já com um longo percurso. O seu profissionalismo e a sua assertividade, aliados ao conhecimento que detém particularmente na área da Terapia Manual e Reabilitação Vestibular distinguem-nos dos demais.





# REEDUCAÇÃO POSTURAL

## RACIOCÍNIO CLÍNICO E INTERVENÇÃO



### Destinatários

Fisioterapeuta, Estudante Finalista



### Carga horária

32 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 19:00



### Certificação Dgert

Em “Reeducação Postural – Raciocínio Clínico e Intervenção” aprenderá a identificar disfunções posturais assim como a estabelecer uma correlação com as cadeias de coordenação neuromuscular, sinais e sintomas do seu paciente.

Com base nos mais atuais conhecimentos da biomecânica, neurociência e neurofisiologia do movimento e dor, irá experimentar as estratégias clínicas para uma avaliação e intervenção em reeducação postural dirigida à pessoa, de forma verdadeiramente global e tendo em conta a causa real do problema do paciente, para resultados mais rápidos e duradouros.

Neste curso de 32h, com 60% de prática, integrará conceitos como músculos posturais, diafragma, disfunções e captos posturais. Será também abordado o sistema visceral, emocional, musculatura extraocular, posturologia e bioquímica, mas sempre com o propósito de utilizar estas conhecimentos em simbiose com as ferramentas da fisioterapia que já utiliza.



**SAMUEL  
FERREIRA**

Fisioterapeuta e osteopata, é também diretor clínico e proprietário da clínica FISIOVIDA, desde 2008.

## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou diferenciar-me dos meus pares e ganhar vantagem no mercado de trabalho, dominando esta nova área de atuação que é cada vez mais procurada pelos pacientes mais exigentes
- ✓ Vou tornar-me um melhor fisioterapeuta, mais completo e capaz de oferecer resultados ao meu paciente com base nos princípios da Individualidade, Globalidade e Causalidade
- ✓ Vou proporcionar uma sensação de “antes e depois” ao meu paciente com dor e disfunção postural, ou seja resultados que até à data não tinham sido atingidos
- ✓ Vou ampliar o meu espectro de atuação, ao selecionar as melhores estratégias de intervenção de acordo com a avaliação realizada em reeducação postural em condições de origem neuro-músculoesquelética, viscerais e emocionais.
- ✓ Vou ser capaz de identificar disfunções posturais, correlacionando-as com as cadeias de coordenação neuromuscular, sinais e sintomas do meu paciente.



**JOÃO  
BAPTISTA**

Fisioterapeuta, com pós-graduação em Osteoetiopatologia pela ATMS. Integra a equipa da FISIOVIDA desde 2015.



# RPA&P: REABILITAÇÃO PERINEAL ATIVA & PASSIVA



## Destinatários

Fisioterapeuta, Estudante Finalista



## Carga horária

27 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 19:00



## Certificação Dgert

As disfunções do períneo representam um enorme desafio, no qual, a fisioterapia para a reabilitação perineal pode dar um contributo inestimável, tanto numa perspetiva preventiva como de reabilitação e educação.

Incontinência urinária e anal, disfunções sexuais, obstipação ou os prolapsos e dores pélvicas são agora causas frequentes para a procura de profissionais qualificados.

Numa área onde a experiência prática e a evidência científica são fundamentais, surge o curso de Reabilitação Perineal Ativa & Passiva (RPA&P) conduzido por Laira Ramos - formadora com real experiência académica e clínica, uma experiência já com 15 anos, na área da fisioterapia uroginecológica.

Uma excelente oportunidade para integrar uma abordagem que lhe permitirá intervir com sucesso nas patologias do períneo.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou destacar-me na reabilitação perineal, como fisioterapeuta qualificada a intervir na prevenção e tratamento das disfunções do períneo
- ✓ Vou beneficiar da vasta experiência clínica e científica da fisioterapeuta Laira Ramos, criadora do método Reabilitação Perineal Ativa & Séries
- ✓ Vou integrar, na minha prática clínica, um método muito completo e largamente testado e validado, o único protocolo válido cientificamente
- ✓ Vou saber selecionar e utilizar os equipamentos mais adequados, sempre que necessário
- ✓ Vou ter acesso aos mais variados equipamentos, produtos e acessórios e a material exclusivo; Vou saber intervir sem recurso a equipamentos, com investimento zero.



**LAIRA  
RAMOS**

Laira Ramos formou-se em Fisioterapia na Universidade Estadual de Londrina (Brasil) e cedo desenvolveu uma paixão especial pela área uroginecológica, área na qual é doutorada.





# SGA - STRETCHING GLOBAL ATIVO:

## RPG APLICADO AO DESPORTO



### Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Estudante Finalista



### Carga horária

32 horas



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



### Certificação Dgert



### Certificação Ipdj

**Créditos:** 6.4 UC TPTEF

O Stretching Global Ativo (SGA) é uma derivação da Reeducação Postural Global (RPG), um método revolucionário desenvolvido por Philippe Souchart e que visa a prevenção e a correção de alterações posturais.

“Stretching Global Ativo (SGA), permite restabelecer a força, o comprimento e a flexibilidade aos grupos musculares enrijecidos pela prática desportiva. A globalidade dos estiramentos, o trabalho respiratório, a contracção contra resistência dos músculos estirados, e o stretching dos músculos espinhais, fazem a originalidade do SGA e conferem-lhe uma eficácia incomparável” (Philippe Souchart).

O seu papel na diminuição da rigidez e encurtamento muscular tem-lhe dado uma grande popularidade também na intervenção nas lesões músculo-esqueléticas relacionadas com o trabalho (LMERT), tornando-se assim, cada vez mais, uma forte ferramenta para a potenciar a ação muscular e o correto desempenho biomecânico.

O curso de Stretching Global Ativo da Bwizer é o único em Portugal que tem um formador autorizado por Philippe Souchart.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou compreender as cadeias musculares e a importância do seu alongamento ativo no tratamento de lesões
- ✓ Vou saber determinar quais as posturas mais adequadas com base numa avaliação específica e de acordo com as necessidades da pessoa ou grupos de pessoas
- ✓ Vou aplicar um método que permite estabelecer a força, o comprimento e a flexibilidade aos grupos musculares enrijecidos pela prática desportiva ou pelas posturas mantidas/repetidas relacionadas com o posto de trabalho
- ✓ Vou tirar melhor proveito da fisiologia dos músculos envolvidos em cada modalidade desportiva, respeitando às características individuais dos atletas.



**JOÃO ORNELAS  
CARVALHO**

Fisioterapeuta e Osteopata, é o único formador em Portugal de Stretching Global Ativo autorizado por Philippe Souchart para lecionar cursos de Stretching Global Ativo. João Ornelas Carvalho é Pós-graduado em Fitoterapia, Homotoxicologia, Homeopatia, Bioquímica e Medicina Ortomolecular



# SPEED AND AGILITY FOR ATHLETIC PERFORMANCE



## Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Técnico Exercício Físico, Treinador Desporto, Director Técnico Desporto, Estudante Finalista



## Carga horária

16 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00  
Tarde - 14:00 às 18:00



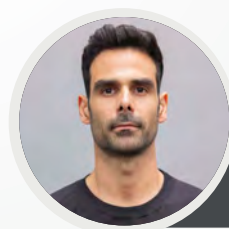
Certificação: Dgert | IPDJ

**Créditos** 3.2 UC TPTEF

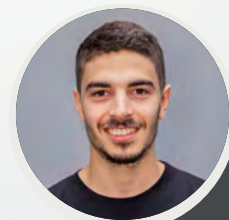
O desenvolvimento da velocidade linear e multidirecional ocupa hoje um lugar de destaque na preparação física dos atletas. Em grande parte dos desportos, as grandes decisões são frequentemente tomadas em momentos em que a intensidade é elevada (aceleração, sprints, mudanças de direção), aplicando o máximo de força no mínimo de tempo possível.

Apesar de, em Portugal, este trabalho se ver muitas vezes circunscrito ao atletismo, o domínio da técnica de velocidade linear e multidirecional é fundamental para a performance, redução do risco de lesão e regresso à competição de qualquer atleta.

Conduzido por Bruno Matos, Mário Simões e Luís Mesquita, o curso Speed and Agility for Athletic Performance pretende dotar os alunos das ferramentas necessárias para implementar programas que visam a melhoria destas competências no contexto desportivo, através de técnicas e estratégias corretivas específicas.



**MÁRIO** SIMÕES



**BRUNO** MATOS



**LUÍS** MESQUITA

## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou dominar as competências necessárias para avaliar e implementar um programa de treino direcionado para a melhoria da velocidade linear e multidirecional
- ✓ Vou ser capaz de aplicar técnicas e estratégias corretivas específicas para cada uma das fases subjacentes à velocidade linear e multidirecional
- ✓ Vou contribuir para o aumento da performance, regresso à competição e redução do risco de lesões tão comuns como a rotura dos isquiotibiais
- ✓ Vou assistir a uma formação num tema inédito em Portugal





# STRENGTH AND CONDITIONING SPECIALIST FOR FITNESS: CONTROLO E REDUÇÃO DO RISCO DE LESÃO



## Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Técnico Exercício Físico, Treinador Desporto, Director Técnico Desporto, Estudante Finalista



## Carga horária

16 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 19:00 ou 21:00



## Certificação Dgert



## Certificação Ipdj

**Créditos:** 3.2 UC TPTEF

Com o recurso ao Exercício Físico a ser cada vez mais explorado num contexto de Saúde e Recuperação de Lesões, é fundamental que o profissional do exercício conheça as estratégias certas a utilizar para otimizar o treino nesse sentido.

A Gestão da Carga de Treino é uma componente imprescindível para o controlo do risco de lesão, assim como para o contexto de reabilitação.

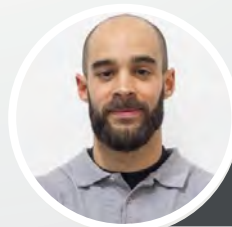
É cada vez mais frequente a procura de profissionais do exercício por clientes com patologia ou lesão, pelo que estes devem estar também munidos de conhecimento teórico-prático acerca das condições clínicas que lhe poderão surgir.

Sente-se pronto para prescrever treino ao cliente com patologia? É capaz de gerir a carga de forma segura para controlo do risco de lesão do indivíduo saudável ou com patologia? Este curso vai capacitá-lo para atuar com segurança



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou compreender como a gestão de Carga de Treino pode ajudar na redução do risco de Lesão no Desporto
- ✓ Vou saber como realizar um processo de Return-To-Play mais seguro e mais eficaz
- ✓ Vou adquirir um conhecimento mais amplo das variadas patologias que poderão estar presentes nos meus clientes
- ✓ Vou otimizar a forma como faço a monitorização de treino do cliente com patologia



**RAFAEL  
PEIXOTO**

Verdadeiramente interessado pelo Desporto e Exercício Físico, Rafael Peixoto iniciou a sua formação em Educação Física e Desporto Escolar na UTAD. O gosto por esta área motiva-o a continuar a sua formação e aumentar os seus conhecimentos. Atualmente, é formador e Personal Trainer.



# STRENGTH AND CONDITIONING SPECIALIST FOR FITNESS



## Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Técnico Exercício Físico, Treinador Desporto, Director Técnico Desporto, Estudante Finalista



## Carga horária

128 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 19:00 ou 21:00



## Certificação Dgert



## Certificação Ipdj

**Créditos:** 25,7 UC TPTEF

Construído por um corpo docente expert em treino de força e condicionamento, Strength and Conditioning Specialist for Fitness é um curso completo de 128 horas com módulos práticos, desenhado para profissionais que querem elevar a um novo patamar a performance dos seus clientes - quer seja apenas o habitual cliente de ginásio como atletas amadores.

Sabendo que a manutenção de níveis de força e condição física adequados são essenciais para a melhoria da performance, diminuição do risco de lesões e para o prolongamento da carreira desportiva, com este curso irá saber realizar um controlo e planeamento do treino de forma segura, personalizada, motivadora e eficaz, com base nos conhecimentos mais avançados e atuais. Um curso liderado por uma equipa de experts com conhecimento sólido e experiência prática.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou dar aos meus atletas um acompanhamento global, personalizado e seguro, otimizando os seus níveis de força e condição física
- ✓ Vou potenciar a performance dos meus clientes através de uma correta prescrição de exercício e periodização de treino
- ✓ Vou ter mais oportunidades de emprego e vou distinguir-me no mercado de trabalho pela maior qualidade do meu serviço
- ✓ Vou aprender com um grupo de profissionais especializados no tema.



**JOSÉ  
VILAÇA**

José Vilaça é Licenciado em Educação Física e Desporto, Doutorado em Ciências do Desporto, Mestre em Ciências do Desporto com Especialização em Treino de Alto Rendimento Desportivo. Atualmente é Professor Auxiliar Convidado da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro no Departamento de Desporto, sendo responsável pelas unidades curriculares da área de atividades de academia, com ênfase no Treino de Força.





## ANTÓNIO PEDRO MENDES

António Pedro Mendes é licenciado em Ciências da Nutrição pela Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto.



## RUI LEMOS

Rui Lemos é um apaixonado pelo desporto e exercício físico e saúde. Cedo percebeu que o seu caminho seriam as Atividades de Academia, pelo que a sua formação académica é o espelho disso mesmo.



## RAFAEL PEIXOTO

Verdadeiramente motivado pelo Desporto e Exercício Físico, Rafael Peixoto iniciou o seu percurso académico ao ingressar no curso de Educação Física e Desporto Escolar na UTAD e é atualmente Doutorando em Ciências do Desporto.



## TIAGO MOREIRA

O seu elevado interesse e gosto pessoal pela área do Exercício e pela investigação científica sempre pautaram a diferença e moldaram o seu caminho académico e profissional.



## MARCO NORTE

Com um fascínio pelo alto rendimento, Marco Norte tem vindo a desenvolver as suas capacidades intelectuais e práticas a este nível com foco na potencialização de capacidades físicas e da recuperação e prevenção de lesões.



## Programa Modular

- **Módulo 1**  
Bases strength and conditioning
- **Módulo 2**  
Nutrição
- **Módulo 3**  
Anatomia e biomecânica mio-articular
- **Módulo 4**  
Avaliação neuro-mio-articular
- **Módulo 5**  
Metodologia de treino para desenvolvimento da performance desportiva
- **Módulo 6**  
Metodologia de treino em populações clínicas Hipertensão e patologia cardíaca
- **Módulo 7**  
Controlo do risco de lesão



# STRENGTH AND POWER FOR ATHLETIC PERFORMANCE



## Destinatários

Licenciado Desporto/Educação Física, Fisioterapeuta, Técnico Exercício Físico, Treinador Desporto, Estudante Finalista, Director Técnico Desporto



## Carga horária

24 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00

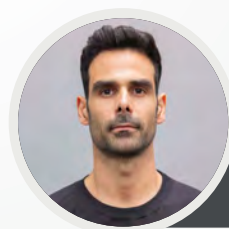


Certificação: Dgert | IPDJ

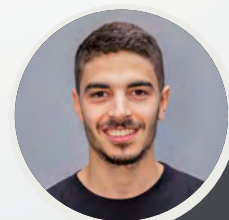
Créditos 4.8 UC TPTEF

O recurso a estratégias avançadas para o desenvolvimento de força vem dar resposta ao aumento das exigências da competição, sendo este o próximo passo para potenciar a performance desportiva, transformar praticantes em atletas e prevenir lesões.

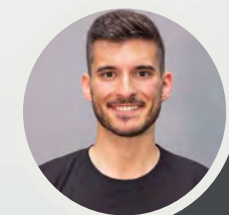
É este o caminho seguido por Luís Mesquita, Mário Simões e Bruno Matos, três profissionais de excelência que lideram o curso Strength and Power for Athletic Performance, no seu Centro de Treino Jesuítas. Partindo dos princípios fisiológicos, anatómicos e biomecânicos, serão abordados temas como a força máxima, hipertrofia, potência, treino de força baseado na velocidade, pliometria e periodização.



**MÁRIO** SIMÕES



**BRUNO** MATOS



**LUÍS** MESQUITA

## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou levar os meus clientes ou atletas a atingir uma performance de excelência, construindo verdadeiros atletas.
- ✓ Serei capaz de justificar a relevância do treino de força e potência com evidência científica e resultados.
- ✓ Vou conhecer as metodologias de treino mais atuais, baseadas na evidência, e já afinadas a partir da experiência dos formadores.
- ✓ Serei capaz de avaliar com eficácia as necessidades de treino do atleta e indivíduo com ou sem historial de prática de exercício.





# TERAPIA MANUAL NO DESPORTO: ABORDAGEM MANUAL À PATOLOGIA TRAUMÁTICA E MICROTRAUMÁTICA



## Destinatários

Fisioterapeuta, Estudante Finalista



## Carga horária

24 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



## Certificação Dgert

A abordagem de Lesões Traumáticas e Microtraumáticas com recurso à Terapia Manual pode ser decisiva no sucesso da intervenção sobre um atleta. Clique aqui para receber mais informação sobre este tema.

Sergio Patiño, formador internacional de referência em Terapia Manual Desportiva, conduzirá este percurso pelo Sistema Neuroconetivo e Neurofuncional, introduzindo-nos a uma abordagem diferenciada nas consequências de lesões traumáticas e, ainda, nas fraturas de stress - tão frequentes num contexto desportivo.

Com este curso, será capaz de recorrer a técnicas de Terapia Manual Articular e Miofascial para intervir nestes casos, baseando-se na avaliação postural, testes funcionais e análise da resposta nociceptiva, inflamação e neuroinflamação adjacentes ao processo traumático.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou adquirir novas estratégias baseadas na Terapia Manual, combinadas com o exercício terapêutico, para a abordagem de patologia do membro inferior
- ✓ Vou aprender com Sergio Patiño, um especialista internacional em Terapia Manual Desportiva e um formador presente em vários países
- ✓ Vou conhecer o Sistema Neuroconetivo e as suas implicações sobre o Sistema Músculo-Esquelético, modulação da resposta inflamatória e etiopatogenia do membro inferior
- ✓ Vou ser capaz de intervir em Fisioterapia de acordo com um modelo Neurofuncional



**SÉRGIO  
PATIÑO**

Sérgio Patiño é Fisioterapeuta e Osteopata, especializado em Fisioterapia Manipulativa Articular e em Fisioterapia do Desporto. Atualmente é professor universitário na área da Fisioterapia e formador na área da Indução Miofascial. Frequenta um doutoramento em Ciências da Saúde e é ainda licenciado em Kinesiologia e Fisiatria.



# TERAPIA MANUAL

## SEGUNDO O CONCEITO OSTEOETIOPÁTICO



### Destinatários

Fisioterapeuta, Médico



### Carga horária

23 horas por módulo



### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00 ou 19:00

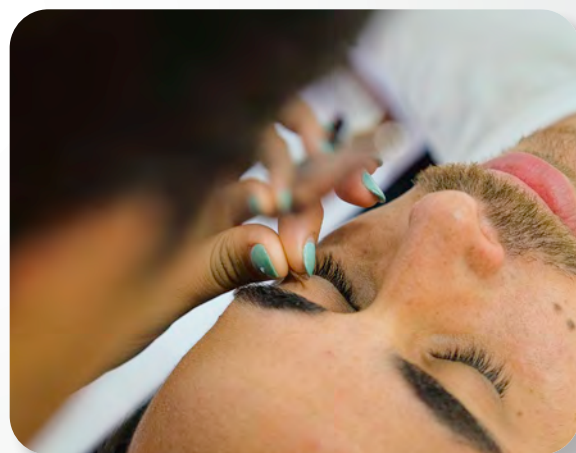
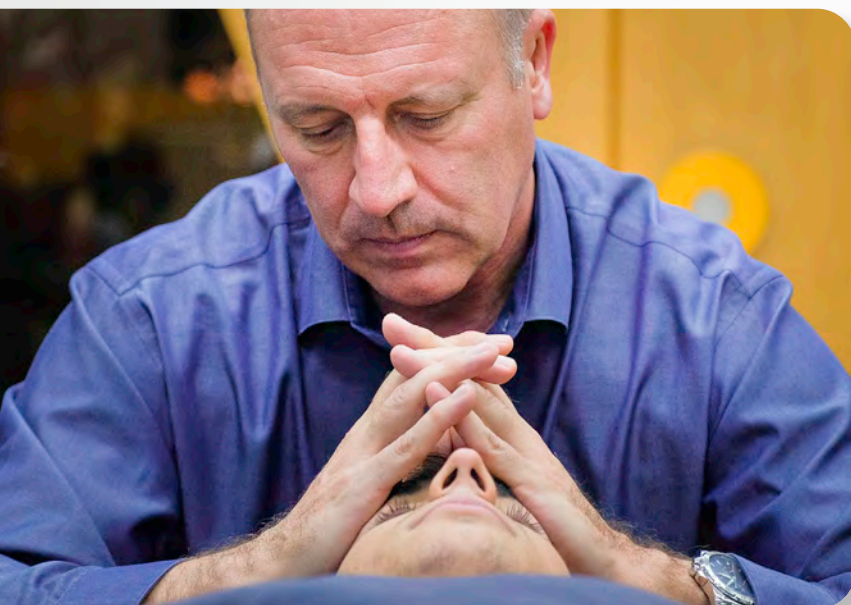


### Certificação Dgert

Terapia Manual segundo o Conceito Osteoetiopático é uma formação única, reconhecida pelos maiores nomes da fisioterapia em Portugal como o curso referência em Terapia Manual, e já frequentada por centenas de fisioterapeutas que revolucionaram a sua prática clínica.

Apenas nesta formação, dada também pelo próprio Dominique Lippens, criador do Conceito Osteoetiopático, vai adquirir algumas das melhores técnicas da Terapia Manual, como por exemplo Cadeias Musculares, Cinesiologia Aplicada, Quiropraxia ou Posturologia, partindo da Osteopatia e da experiência clínica de dezenas de anos dos seus formadores.

Um curso que lhe dará a certeza, a si e aos seus pacientes, de resultados logo desde a primeira sessão. Não se limitará a tratar a dor mas sim a causa da mesma - resultados imediatos e com menor taxa de recidivas.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou aprender, num só programa, algumas das melhores técnicas da Terapia Manual com garantia de qualidade dada pela experiência clínica dos formadores e dos milhares de utilizadores do método
- ✓ Vou conhecer e aprender com Dominique Lippens, o criador do Conceito Osteoetiopático
- ✓ Vou aprender relações anátomo-fisiológicas que me permitirão ter uma abordagem global e me levarão, muitas vezes, a intervir em locais bem distantes ao do local do sintoma
- ✓ Vou revolucionar o meu raciocínio clínico
- ✓ Vou garantir resultados aos meus pacientes, com menor número de recidivas e num mais curto espaço de tempo



**DOMINIQUE  
LIPPENS**

Dominique Lippens é Fisioterapeuta pela Faculdade Estadual de Tournai (Bélgica), sendo diretor da formação ATMS. De nacionalidade belga, mas com residência atual em Portugal é um diferenciado Osteopata-Naturopata certificado pela Faculdade de Medicina Natural de Saarbrücken (Alemanha) que está associada ao Instituto de Osteopatia de Paris.





## HELDER MONTEIRO

Helder Monteiro é fisioterapeuta e a par da sua experiência clínica, tem dedicado parte do seu tempo ao ensino e formação.



## NICOLAS ROBILLARD

Nicolas Robillard é Osteopata DO, Podoposturoterapeuta e Osteoetiopata DOe.



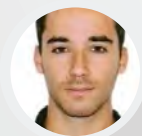
## ALEXANDRE MOURA

Alexandre Moura, é licenciado em Fisioterapia e Osteoetiopatia pela ATMS - Académie de Thérapie Manuelle et Sportive.



## KELEN LYSY

Alexandre Moura, é licenciado em Fisioterapia e Osteoetiopatia pela ATMS - Académie de Thérapie Manuelle et Sportive.



## FRANCISCO BEJA NEVES

Fisioterapeuta, osteopata e especialista em pediatria, gere uma clínica de sucesso, especializada no atendimento em pediatria, no Brasil.



## Programa Modular

- **Módulo 1**  
História e princípios gerais da Osteopatia. Estudo do tornozelo e fíciaco
- **Módulo 2**  
Estudo do pé (subtalar e medio-tarsica), joelho e quadril
- **Módulo 3**  
Estudo da lombar e sacroilíaca
- **Módulo 4**  
Estudo da coluna dorsal e cervical
- **Módulo 5**  
Estudo do membro superior
- **Módulo 6**  
Estudo da occipito-atlas-axis. Estudo visceral I
- **Módulo 7**  
Estudo visceral II
- **Módulo 8**  
Estudo visceral e técnicas cranianas
- **Módulo 9**  
Terapia Craniosacral e Estudo da ATM
- **Módulo 10**  
DeJarnette
- **Módulo 11**  
Posturoterapia I
- **Módulo 12**  
Posturoterapia II



# TERAPIA SACRO-CRANIANA PARA FISIOTERAPEUTAS



## Destinatários

Fisioterapeuta, Estudante Finalistas



## Carga horária

32 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



## Certificação Dgert

Terapia Sacro-Craniana para Fisioterapeutas é um curso fundamentado em casos clínicos, com o Fisioterapeuta e Osteopata João Tedim, um formador de referência. Desenvolva um raciocínio clínico diferenciado, essencial para avaliar e reabilitar o sistema sacro-craniano de forma sistematizada.

Neste curso, aprenderá a estabelecer um diagnóstico diferencial, estrutural e funcional das disfunções do funcionamento do sistema sacro-craniano, assim como a implementar o respetivo plano de intervenção orientado para a libertação de restrições da dura-máter ao longo do seu trajeto, restabelecendo a circulação do líquido cefalo-raquidiano e a boa relação entre o sistema nervoso e as restantes estruturas do corpo.

Saiba como utilizar esta arma terapêutica que o auxiliará no tratamento de diversas patologias, tais como: cefaleias e enxaquecas, estrabismo, tonturas e vertigens, zumbidos, disfunções da ATM e coluna vertebral, estados depressivos e de fadiga crónica, alteração da coordenação motora e sinusites e rinites.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Não negligenciarei mais o crânio, fáscia e sistema sacro-craniano, oferecendo uma intervenção mais global e integrada ao meu paciente
- ✓ Vou adquirir uma ferramenta auxiliar no tratamento de diversas alterações do campo visual, otorrinolaringológico, motor, visceral, e ainda de fadiga e enxaquecas
- ✓ Com base num raciocínio clínico diferenciado, selecionarei as técnicas de tratamento mais adequadas, conferindo melhores resultados à minha intervenção
- ✓ Vou beneficiar do conhecimento de um fisioterapeuta e osteopata com uma vasta experiência formativa e clínica.



**JOÃO  
TEDIM**

Licenciado em Fisioterapia pela UFP e Graduado em Osteopatia pela EOM. Desde 2009 é Certificate in Orthopaedic Manual Therapy e Master em Técnicas Osteopáticas del Aparato Locomotor. Desenvolve a sua prática em contexto de clínica, prática privada domiciliária e desportiva.





# TERAPIAS MIOFASCIAIS



## Destinatários

Fisioterapeuta, Estudante Finalista



## Carga horária

32 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



## Certificação Dgert



Em “Terapias Miofasciais” irá desenvolver a sua competência de avaliação e tratamento através de técnicas miofasciais, superficiais e profundas, ao mesmo tempo que descobre a razão pela qual alguns dos tratamentos que já realizou podem não ter atingido a sua total eficácia.

Sabia que as técnicas miofasciais têm na sua génese uma abordagem global e integrada através da estimulação do tecido conjuntivo que suporta os vários sistemas corporais, a fáscia? São técnicas extremamente suaves, muito bem toleradas pelos indivíduos e que visam o equilíbrio das tensões miofasciais, diminuindo a dor e restabelecendo o equilíbrio postural global e seletivo de umas estruturas em relação às outras.

A utilização de Terapias Miofasciais no plano de intervenção tem uma ação eficaz na redução da sintomatologia através da causa em variadas patologias e disfunções miofasciais, desde músculo-esqueléticas, neurológicas, viscerais e emocionais.



## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou compreender o papel da fáscia, um elemento chave na intervenção do fisioterapeuta
- ✓ Vou adquirir noções e saberei aplicar técnicas miofasciais que podem complementar os recursos que já utilizo no meu tratamento, elevando assim o seu grau de eficácia
- ✓ Vou desenvolver a capacidade de raciocínio clínico, tendo por base uma visão global do indivíduo
- ✓ Vou aprender com o fisioterapeuta Alexandre Novais, um apaixonado pela fáscia e incansável pelo conhecimento
- ✓ Vou fazer parte do grupo de centenas de Fisioterapeutas que elevou os seus resultados clínicos a um patamar superior tirando partido de uma intervenção diferenciada na fáscia.



**ALEXANDRE NOVAIS**

Fisioterapeuta, Empreendedor, Formador, curioso por natureza. O gosto pelo contacto e partilha de conhecimento com alunos e outros profissionais, para além dos seus reconhecidos resultados clínicos tem pautado o seu percurso. Um percurso que nos admira, que admira quem já passou pelos seus cursos ou palestras. Dotado de uma capacidade de comunicação fora de série, a empatia é, talvez, a sua característica mais marcante.



#### Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Técnico Exercício Físico, Treinador Desporto, Estudante Finalista



#### Carga horária

14 horas



#### Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00 ou 20:00



#### Certificação Dgert



#### Certificação Ipdj

**Créditos:** 2.8 UC TPTEF

# TREINO FUNCIONAL

## FT COACH® I

Functional Training (FT) Coach® é uma Certificação Internacional que traduz uma nova abordagem ao treino funcional.

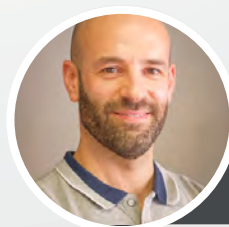
Esta nova abordagem baseia-se numa avaliação funcional específica e criada pela FT Coach®, a partir da qual é definida uma estratégia corretiva com o objetivo de eliminar disfunções mas também atingir uma melhor performance. Tudo isto tendo por base o objetivo do indivíduo quer seja um pós-lesão, uma melhor performance no quotidiano ou mesmo até em alta competição.

Avaliação funcional, prescrição de exercício adequada aos objetivos do indivíduo e exercícios corretivos.



### Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou saber realizar uma avaliação funcional completa e sistematizada que me permitirá conhecer melhor o meu cliente e assim ser mais objectivo na prescrição e elaboração do treino com os máximos padrões de segurança
- ✓ Vou saber definir melhor os objetivos para o meu cliente com vista a atingir o seu real propósito com o treino
- ✓ Vou saber selecionar os materiais mais adequados a cada momento do treino



**GABRIEL  
JORGE**

Gabriel Jorge é Licenciado em Desporto e Educação Física, desenvolveu capacidades de Facilitador estando presente desde 2007 em várias ações relacionadas com modelos de performance junto de empresas nacionais. Conjugou o saber com a prática de forma a atingir os seus objetivos, tendo sido o primeiro profissional em Portugal na área com a certificação FT Coach®.





# TRIGGER POINTS



## Destinatários

Fisioterapeuta, Estudante Finalista



## Carga horária

32 horas



## Horário

Manhã - 09:00 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:00



## Certificação Dgert



O curso de Trigger Points engloba uma avaliação sistemática e identificação da causa da disfunção assim como as mais eficazes ferramentas de intervenção: compressão isquêmica, punção seca, eletroestimulação, eletropuntura e mesmo laserterapia, sempre com o foco na prática clínica do fisioterapeuta.

Com o fisioterapeuta Alexandre Cavallieri Gomes, e através de um curso com 80% de prática, irá saber identificar os pontos gatilho, realizar o seu diagnóstico diferencial e perceber como pode potencializar o retorno da função muscular utilizando as técnicas mais adequadas e já validadas para o resultado.

Com o fisioterapeuta Luís Nascimento, e através de um curso com 80% de prática, irá saber identificar os pontos gatilho, realizar o seu diagnóstico diferencial e perceber como pode potencializar o retorno da função muscular utilizando as técnicas mais adequadas e já validadas para o resultado.



**ALEXANDRE  
CAVALLIERI**

Com o bacharelado em Fisioterapia pela Universidade Federal de São Carlos, nomeadamente uma das melhores do Brasil, a marcar o início do seu percurso, Alex Cavallieri tem conquistado muitos objetivos profissionais, diferenciando-se pela formação, prática e pelo vínculo a Universidades e formações de excelência. O seu percurso está desde cedo ligado ao mundo do Desporto, e ao mundo do tratamento das dores crônicas e disfunções musculoesqueléticas.



**LUÍS  
NASCIMENTO**

Fisioterapeuta Licenciado pela ESSA, Certificado em Osteopatia (CO) pela Escola de Osteopatia de Madrid, Mestrando em Ciências da Fisioterapia pela FMH.

## Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou saber realizar um diagnóstico diferencial de Trigger Point
- ✓ Vou saber realizar uma correta intervenção em dor/síndrome miofascial
- ✓ Vou adquirir um vasto leque de ferramentas de intervenção, assim como um modelo de raciocínio clínico global e diferenciado
- ✓ Vou saber utilizar as correntes de relaxamento e estimulação para intervenção nos pontos gatilho
- ✓ Vou conseguir perceber, através da análise ecográfica, toda a evidência do tratamento dos pontos gatilho



# TUI NA

## TRATAMENTO DA COLUNA VERTEBRAL



### Destinatários

Fisioterapeuta, Enfermeiro, Terapeutas não convencionais com cédula, Massagem/Estética, Estudante Finalista



### Carga horária

24 horas



### Horário

Manhã - 09:30 às 13:00  
Tarde - 14:00 às 18:30

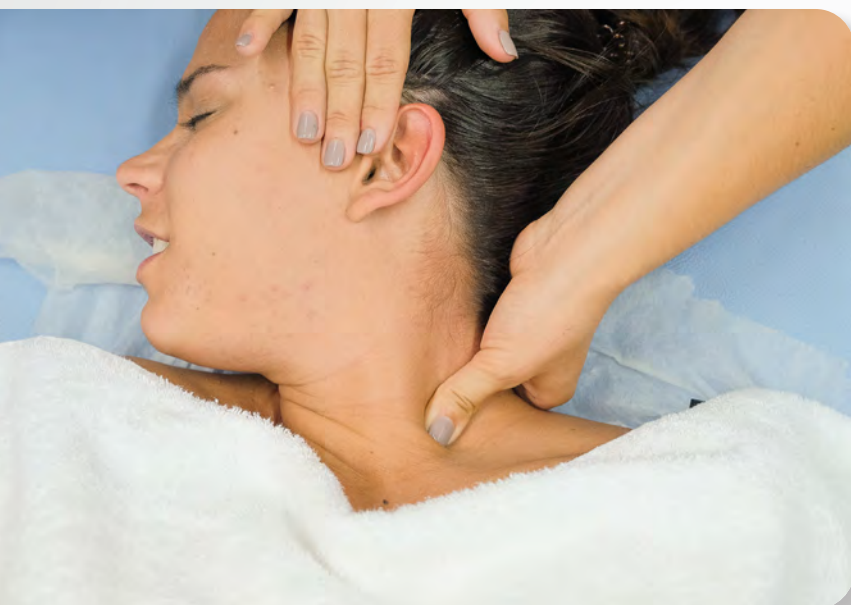


### Certificação Dgert

O Tui Na é uma disciplina terapêutica da Medicina Chinesa, sendo constituída por um conjunto variado de técnicas manipulativas. Trabalha principalmente com a pressão em pontos de Acupuntura, Trigger Points, mobilizações e manipulações articulares.

Estas técnicas permitem a normalização de bloqueios energéticos presentes em patologias músculo-esquelética, aliviando assim a dor.

Neste curso, conduzido por Helena Justo, será também abordada a Ventosaterapia, que integrada como complemento ao Tui Na, poderá maximizar os seus resultados.



### Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou adquirir duas excelentes técnicas de tratamento, o Tui Na e a Ventosaterapia, num só curso
- ✓ Vou ter acesso a uma formação lecionada por Helena Justo, que além de ser uma profissional com vasta experiência em Medicina Chinesa, é uma das formadoras mais bem avaliadas
- ✓ Aprenderei uma técnica que, pela sua fácil aplicação, baixos custos de utilização e resultados imediatos, se tornará parte integrante da prática clínica diária
- ✓ Vou dominar uma técnica cada vez mais procurada pelos pacientes.



**HELENA  
JUSTO**

Helena Justo é uma profissional dedicada e apaixonada pela Acupuntura e Medicina Chinesa, com uma experiência incomparável nestas áreas.





# VACUOTERAPIA

## INTRODUÇÃO AO MÉTODO



### Destinatários

Fisioterapeuta, Estudante Finalista



### Carga horária

6 horas



### Horário

Tarde - 13:00 às 19:00



### Certificação Dgert

Uma nova e extremamente útil ferramenta terapêutica para os fisioterapeutas! Nos últimos anos tem-se assistido a uma evolução dos materiais e do seu modo de utilização, alargando a sua aplicabilidade. Com referências na história antiga e muitas vezes associada a estratégias terapêuticas orientais, a vacuoterapia dinâmica é atualmente utilizada para, através do seu movimento, promover “massagem tecidual profunda mecanicamente assistida”.

Será precisamente a sua aplicabilidade e evolução o que se abordará nesta formação, justificando por que razão esta é uma ferramenta muito popular atualmente.



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vai compreender a história e evolução deste método de intervenção;
- ✓ Vai saber de que modo aplicar a vacuoterapia e a que condições clínicas se destina;
- ✓ Vai dominar uma técnica simples e acessível que permite, através de um raciocínio clínico adequado, intervir em diferentes condições clínicas e atingir resultados muito positivos.



**PEDRO  
MACIEL**

Fisioterapeuta e doutorando em Saúde Pública, Pedro Maciel é docente na Escola Superior de Saúde do Porto e fisioterapeuta no Hospital Pedro Hispano, Unidade Local de Saúde de Matosinhos.



# YOGA TERAPÊUTICO



## Destinatários

Fisioterapeuta, Licenciado Desporto/Educação Física, Técnico Exercício Físico, Outros Profissionais de Exercício (não Lic. e sem cédula), Osteopata com Cédula, Estudante Finalista



## Carga horária

16 horas



## Horário

Manhã - 09:30 às 13:00

Tarde - 14:00 às 18:30



## Certificação Dgert



## Certificação Ipdj

**Créditos:** 3.2 UC TPTEF



Vou ser melhor com este curso porque...

- ✓ Vou adquirir novas ferramentas de reabilitação, inspiradas no yoga, alcançando uma recuperação mais ativa;
- ✓ Vou saber avaliar a postura estática e dinâmica do utente, identificando os desequilíbrios posturais mais evidentes, bem como zonas de hipermobilidade, hipomobilidade e instabilidade;
- ✓ Vou ser capaz de identificar objetivos e personalizar a minha intervenção para a correção de cada desequilíbrio postural, com resultados eficazes em condições álgicas como lombalgias, omalgias ou ciatalgias;
- ✓ Vou diferenciar a minha prática, com o recurso a um método inovador e eficaz.



**SARA  
HU**

Fisioterapeuta, com pós-graduação em Osteoetiopatia pela ATMS. É professora de Yoga, Pilates Clínico e Hipopressivos e formadora de cursos de instrutores de Yoga e Pilates.



