

3º CURSO DE FISIOTERAPIA AQUÁTICA EM CLASSES

DATA: 12 e 13 Abril 2025

LOCAL: Complexo de Piscinas do Jamor (Lisboa)

Este Curso foi especialmente concebido a pensar na Fisioterapia em Meio Aquático.

No final desta ação de formação, o Fisioterapeuta deverá ficar a dominar diversos métodos e técnicas de Fisioterapia Aquática em Classes. Outro dos objetivos desta ação é facultar orientações essenciais ao Fisioterapeuta, para que este consiga planear e delinear um projeto em Fisioterapia Aquática em Classes, iniciando ou reestruturando a sua prática, com qualidade, nesta área de intervenção.

NÍVEL: 1

Nº DE HORAS DE FORMAÇÃO: 12

DESTINATÁRIOS: Fisioterapeutas e Estudantes do 4º ano de Fisioterapia

FORMADORES: Fisioterapeuta Helena Murta, César Sá, Maria Inês Costa, e Alexandra Amorim



HELENA MURTA

- Ex-Presidente e Co-fundadora do GIFA-APFISIO. Licenciada em Fisioterapia. Mestre em Exercício e Bem-Estar;
- Professora Adjunta, responsável pelo módulo de “Fisioterapia Aquática” (FA), na E.S.S. - I.P.S.;
- Especialista em Fisioterapia/Hidroterapia pela ESS-IPS.;
- Ex-Coordenadora da Unidade Físio Desportiva da Palmela Desporto E.M.;
- Fisioterapeuta Especialista no Centro Hospitalar de Setúbal – Hospital de São Bernardo, responsável pelo Setor de Fisioterapia nas Disfunções do Pavimento Pélvico;
- Fisioterapeuta aquática desde 1989;
- Certificada em Halliwick, Bad Ragaz, Watsu, Ai-chi, Pilates, hidroginástica e Natação Adaptada;
- Pós-Graduações em Hidroterapia – Valens-Bad Ragaz-Suíça e Torremolinos-Universidade de Málaga – Espanha;
- Instrutora Ai-chi certificada por Jun Konno (criador do Método);
- Formadora certificada desde 1991 em cursos, palestras, workshops, jornadas e Congressos, etc;
- Tem (co)organizado centenas de ações de formação em FA desde 2000 e participado em congressos da especialidade com apresentação de artigos científicos/posters, sendo autora e (co) autora de alguns;
- Tem também colaborado em monografias e teses de mestrado em FA e escrito alguns artigos de opinião nesta área.



CÉSAR SÁ

- Ex-Presidente da Direção do Grupo de Interesse de Fisioterapia Aquática (GIFA) e atual membro ativo e consultor do GIFA;
- Fundador e Presidente do *Specialty Group* de Fisioterapia Aquática: “*International Organisation of Aquatic Physiotherapists*” (IOAPT) da *World Physiotherapy* desde Maio de 2019;
- Coordenador do Grupo de Trabalho em Fisioterapia Aquática da Ordem dos Fisioterapeutas;
- Licenciado em Fisioterapia (ESS-IPS) e Mestre em Exercício e Bem-Estar (FEFD-Universidade Lusófona). Pós-graduado em Atividades Aquáticas e em Gestão e Direção de Clubes (Universidade Lusófona) e certificado em vários cursos de Fisioterapia Aquática pelo GIFA e por outras entidades;
- Fisioterapeuta Aquático desde 2005 nas áreas de músculo-esquelética, pediatria e geriatria nas piscinas municipais do Barreiro e Lavradio (18 anos de prática);
- Membro do Conselho de Administração e Fisioterapeuta da Cooperativa para a Educação, Reabilitação, Capacitação e Inclusão da Moita-Barreiro (CERCIMB);
- Fisioterapeuta e Coordenador do Departamento C18 Clínico da Clínica CLUBE18;
- Professor Assistente Convidado na Escola Superior Atlântica (ESSATLA), responsável por lecionar a área da Fisioterapia Aquática;
- Tem (co)organizado centenas de ações de formação em Fisioterapia Aquática desde 2009;

- o Formador certificado e preletor em várias formações, cursos, workshops e congressos nacionais e internacionais;
- o Obteve o título de "melhor jovem investigador" em 2 congressos internacionais na área da Fisioterapia Aquática;
- o Publicou um artigo científico em 2019 no "Journal of Aquatic Physical Therapy" da "American Physical Therapy Association", tendo também publicados vários artigos de opinião em revistas portuguesas;
- o Revisor de revistas científicas na área da Fisioterapia Aquática.



MARIA INÊS COSTA

- o Atual Presidente do GIFA-APFISIO (desde Janeiro de 2024) e membro da direção do GIFA desde 2023;
- o Licenciada em Fisioterapia pela Escola Superior de Saúde do Alcoitão. Mestre em Fisioterapia - ramo de especialização em saúde da mulher, pela mesma instituição;
- o Fisioterapeuta aquática desde 2018, nas áreas de músculo-esquelética, neurologia e geriatria em sessões individuais e classes, na Escola de Natação do Jamor e no Hospital Curry Cabral;
- o Diretora desportiva e treinadora-adjunta da Equipa de Paraciclismo da Associação Salvador;
- o Tem formação complementar em neuroreabilitação, fisioterapia respiratória, cuidados paliativos e saúde da mulher. É ainda, instrutora certificada de Pilates Clínico;
- o Preletora em sessões de literacia em saúde, relacionadas com a Fisioterapia para idosos e pessoas com deficiência motora;
- o Apresenta como principais áreas de interesse a investigação científica e a prescrição do exercício.



ALEXANDRA TORRES AMORIM

- o Bacharel em Fisioterapia pela Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa desde 2002 e Licenciada na mesma instituição desde 2003;
- o Formação complementar em "Hidroterapia: Intervenção terapêutica em piscina" em 2002;
- o Prática clínica em Fisioterapia Aquática em contexto clínico (Clínica CUF Belém 2004-2012);
- o Prática clínica em Fisioterapia Aquática em grupo (Complexo de piscinas do estádio universitário de Lisboa 2012-2015: reabilitação e correção postural e Complexo de piscinas do Jamor 2016-2022: reabilitação, correção postural, pré e pós-parto)
- o Professora assistente em Fisioterapia Aquática desde 2017 e Saúde da Mulher desde 2024 na Escola Superior de Saúde Atlântica (ESSATLA);
- o Formação complementar em terapia manual, saúde da mulher e pilates clínico;
- o Fisioterapeuta na Clínica Michelle Ventura - Fisioterapia e Pilates Clínico intervindo sobretudo na área de reeducação do movimento e correção postural.

AVALIAÇÃO DOS FORMANDOS: avaliação formativa ao longo do curso e teórico-prática no final do curso (esta avaliação tem como objetivo verificar se os conhecimentos básicos foram adquiridos).

FICHA DE INSCRIÇÃO: Online (<https://forms.gle/B8X4CCSN7shqdSBA8>)

INVESTIMENTO:

	Até 16/03/2025	Até 06/04/2025
Estudantes Sócios APFISIO	110€	130€
Estudantes Não-Sócios APFISIO	170€	190€
Fisioterapeutas Sócios APFISIO	150€	170€
Fisioterapeutas Não-Sócios APFISIO	210€	230€

ATENÇÃO: Durante a inscrição será pedido o envio dos Comprovativos aplicáveis.
Considere tornar-se Sócio APFISIO para beneficiar dos valores promocionais.

CRITÉRIOS DE SELEÇÃO:

- o Ser membro do GIFA
- o Ser sócio da APFISIO
- o Ter frequentado outras ações efetuadas pelo GIFA
- o Fisioterapeutas que trabalhem em meio aquático
- o Ordem de chegada da inscrição

MATERIAL NECESSÁRIO: ligação à internet, aplicação “Zoom” e dispositivo eletrónico. Para o dia presencial os formandos deverão estar munidos de touca, fato de banho, chinelos e roupão turco ou toalha.

MATERIAL DE SUPORTE: será enviado via e-mail após confirmação da realização do Curso.

EM PARCERIA COM:



PROGRAMA PROVISÓRIO

CURSO: 3º Curso de Fisioterapia Aquática em Classes

DATA: 12 e 13 Abril 2025

LOCAL: Complexo de Piscinas do Jamor (Lisboa)

12 de Abril (Sábado) (Online – via Zoom)

14:00 - Abertura do Secretariado

14:30 - Sessão de Abertura

- Sessão Teórica:

- Introdução sobre a Fisioterapia Aquática em Classes

- Evidência científica do trabalho em meio aquático em Classes

- Boas práticas de Fisioterapia Aquática em Classes

- Estratégias de agrupamento de utentes e resolução de problemas em Classes heterogéneas

16:00 - Intervalo

14:30 - Sessão Teórica:

- Critérios para o trabalho em Classes

- Estratégias de Comunicação, Avaliação e Intervenção da Fisioterapia Aquática em Classes

- Classes em populações específicas (Envelhecimento, Dor Crónica, Grávidas e Pós-Parto)

18:30 - Fim dos trabalhos

13 de Abril (Domingo) (Presencial)

09:00 - Sessão Teórica:

- Dinâmicas do trabalho em grupo no meio aquático

- Material e Equipamentos: como e o que escolher?

- Música no ritmo certo

- *Deep-Water, Deep-Water Running*, e uso de *snorkel*

- Relaxamento ativo

11:00 - Intervalo

11:15 - Sessão Prática:

- Demonstração de exercícios em piscina funda –*Deep-Water, Deep-Water Running*, e uso de *snorkel*

- Demonstração do Relaxamento ativo

13:00 - Almoço

14:00 - Sessão Prática:

- Demonstração de exercícios e dinâmicas em grupo no meio aquático (tanque)

- Classes mais dinâmicas com ritmo

- Classes com “jogos”

- Classes em populações específicas

- Classes em meio hospitalar / condição específica

16:00 - Intervalo

16:30 - Sessão Prática:

- Resolução de casos clínicos em piscina

- Avaliação da ação de formação

18:30 - Fim do Curso

* Programa passível de alterações por razões alheias à APFISIO e GIFA

** Os formandos deverão estar munidos de touca, fato de banho, chinelos e roupão turco ou toalha

OUTRAS INFORMAÇÕES:

- As ações de formação têm um número limitado de formandos, sendo utilizado os critérios de seleção referidos acima;
- A inscrição só é aceite pela APFISIO quando acompanhada de toda a documentação necessária para sócios e não-sócios APFISIO (ex.: comprovativo de pagamento, certificado de habilitações, cédula profissional, ...);
- A APFISIO reserva o direito de adiar ou cancelar a ação de formação se o número de formandos não atingir o mínimo requerido ou por motivos de força maior, alheios ao GIFA e APFISIO. Nestes casos, os valores já recebidos serão devolvidos (caso o participante não deseje frequentar a ação noutra data);
- A organização reserva-se no direito de substituir qualquer Formador e/ou horário, em caso de imprevisto;
- A organização não se responsabiliza por qualquer lesão contraída durante os dias do evento;

- o Em caso de desistência de uma ação de formação, a importância da inscrição apenas será devolvida se a vaga for preenchida. As desistências deverão ser comunicadas por escrito para apfisio@apfisio.pt;
- o No final da ação de formação será entregue um certificado de presença, aos formandos presentes em, pelo menos, 85% das horas de formação ou este poderá ser entregue posteriormente, via email.
- o Para mais informações ou dúvidas **sobre a inscrição** nesta ação de formação deve enviar e-mail para apfisio@apfisio.pt;
- o Para mais informações **sobre o conteúdos programáticos e horários do curso** deve enviar e-mail para gifa@apfisio.pt