

# AVALIAÇÃO POSTURAL GLOBAL

FORMADOR JOÃO MOITA

DURAÇÃO 5 HORAS | 1.0 UC | LISBOA



## Enquadramento

O movimento humano é o único aspeto visível do comportamento. Uma vez que a postura dita a qualidade desse mesmo movimento, é possível considerar que a postura humana descreve a história do comportamento humano. Ainda nos dias de hoje é difícil chegar a um consenso sobre qual é a melhor postura ou qual será a postura ideal, mas independentemente da abordagem ou da área de formação, todos aqueles que lidam com postura, são consensuais em admitir que uma boa postura é aquela onde o indivíduo está em equilíbrio e, portanto, funcional. Esta formação pretende atribuir ferramentas de avaliação postural que permitam ler o corpo humano de forma simples e objetiva, e que possam ser aplicadas por profissionais da saúde e do exercício independentemente da sua formação base e da forma como trabalham com a postura humana, assumindo particular importância na prescrição de exercício e trabalho de integração estrutural.

## Local

Club Clínica das Conchas – Rua Luís Pastor Macedo nº27 C, Lisboa

## Data e Horário

05 Janeiro 2019 2018 | 15h00 às 20h00

## Duração

5 horas | 1UC para renovação do TPTEF - Título Profissional de Técnico de Exercício Físico | TPDT – Título Profissional de Diretor/a Técnico/a

## Objetivos Gerais

- Efetuar uma análise postural coerente através da compreensão da postura humana, bem como dos elementos que a constituem e o modo como se relacionam

## Objetivos Específicos

- Conhecer a terminologia do vocabulário posicional
  - Definições e aplicações dos termos por região corporal
- Identificar os aspetos básicos da geometria corporal
  - Onde se situa o esqueleto no espaço
  - Como se relacionam as partes do corpo entre si
- Identificar a ação dos tecidos moles sobre o esqueleto
  - Quais os tecidos que atuam sobre o esqueleto criando ou mantendo alteração postural
- Construir um modelo postural descritivo baseado nos conceitos adquiridos
- Análise prática da postura estática e dinâmica

## Conteúdos Programáticos

- Postura Humana
  - Conceitos
  - Elementos que influenciam a postura humana
- Análise postural
  - Objetivos da análise postural
  - Vocabulário de análise postural
  - Método de análise postural
  - Estratégias acessórias de análise
- Aplicação prática dos conceitos teóricos desenhando uma análise postural global

## Destinatários

- Licenciados ou estudantes nas diversas áreas da Educação Física e Desporto, Ciências do Desporto, Exercício e Bem-Estar e Treino Desportivo;
- Licenciados ou estudantes nas diversas áreas da Medicina, Fisioterapia, Osteopatia e outros profissionais de saúde;
- Detentores do Título Profissional de Técnico/a de Exercício Físico (TPTEF), Título Profissional de Diretor/a Técnico/a (TPDT) e Título Profissional de Treinador/a de Desporto (TPTD).

## Formador

JOÃO MOITA

- Doutorando em Educação Física e Desporto, ramo Atividade Física e Saúde na FEFD - ULHT
- Mestre em Exercício e Bem-Estar pela Faculdade de Educação Física e Desporto da ULHT
- Diplomado em Osteopatia pelo Instituto de Técnicas de Saúde
- Osteopata da Escola de Dança do Conservatório Nacional

## Modalidade, Forma de Organização e Metodologia da Formação

Formação contínua, em regime de frequência presencial em sala, sendo a assiduidade mínima exigível na globalidade de 100%, necessários para a obtenção do certificado de frequência de formação profissional. O controlo da assiduidade dos formandos é efetuado através do preenchimento de um registo de presenças a distribuir pelo formador na sessão. Os métodos pedagógicos utilizados são essencialmente, preleção, role-play, utilização de cenários clínicos, resolução de problemas, realização de tarefas, reflexão crítica e componente prática.

## Modelo de Avaliação

Não aplicável – Questionário de avaliação global da formação.

Avaliação da reação/satisfação dos formandos com o objetivo de aferir o seu grau de satisfação em relação à ação de formação e às condições em que a mesma decorreu.

## Recursos Pedagógicos e Espaços

Todas as ações de formação têm sala equipada de forma a permitir o uso de equipamento de apoio como: computador portátil, videoprojector, quadro branco, entre outros. Os espaços utilizados possuem dimensão, luminosidade, temperatura, ventilação, níveis de ruído e condições de higiene e segurança adequados.

## Vagas e Critérios de Seleção

Vagas limitadas.

Seleção por ordem de chegada das inscrições e cumprimento dos requisitos de acesso.

## Inscrição

<https://formacao.clinicadasconchas.pt/pt/formacao/2345/avaliacao-postural-global/>

## Cancelamento e Alterações

O Club Clínica das Conchas reserva-se no direito de cancelar a formação caso não haja um número mínimo de participantes ou ocorrer qualquer outro motivo que obste à realização da formação, procedendo apenas à devolução total do valor da inscrição, quando tiver havido um pagamento, sem que possa ser reclamado qualquer outro direito indemnizatório.

O Club Clínica das Conchas reserva-se o direito de proceder a alterações de formadores ou locais de realização da ação formativa, garantindo e salvaguardando os objetivos definidos para a formação e nos termos que foi comunicado. As alterações serão sempre comunicadas antecipadamente por escrito.

## Desistências e Devoluções

A desistência de uma inscrição definitiva, deverá ser comunicada por email para [formacao@clinicadasconchas.pt](mailto:formacao@clinicadasconchas.pt), com indicação do evento formativo que pretende desistir e o motivo.

O valor da inscrição é devolvido ao cliente nas seguintes condições:

- Desistência até 15 dias antes da data de início do curso/formação, será devolvido o valor pago pela inscrição com retenção de uma taxa 30% desse valor;
- Desistência com menos de 15 dias antes da data de início do curso/formação, será devolvido o valor pago pela inscrição com retenção de uma taxa de 50% desse valor;
- Desistência após o curso/formação iniciar/falta, não será feita qualquer devolução, retendo-se o valor pago pela inscrição.
- Não é possível transitar o valor da inscrição cancelada para outra inscrição. O cliente deverá solicitar a devolução do valor pago (aplicando a taxa referida no ponto anterior) e depois fazer nova inscrição no que pretende.

Os prazos referidos são contínuos e não se suspendem nos sábados, domingos e feriados, incluindo-se na contagem do prazo o dia em que ocorre o evento.

Apenas serão considerados os seguintes motivos de força maior, e que permitirão uma desistência justificada: atestado médico de doença súbita do próprio ou luto.

Estas condições são válidas para todos os eventos Clínica das Conchas, exceto para os que tenham condições específicas, anunciadas na página do evento.

#### **Certificado/Diploma Atribuído**

Certificado de Frequência de Formação Profissional (homologado pelo IPDJ), disponível em formato digital, num prazo de 2 semanas, na Área Pessoal no site da Formação Clínica das Conchas.

1 UC (Unidade de Crédito) para renovação do Título Profissional de Técnico/a de Exercício Físico (TPTEF) e Título Profissional de Diretor/a Técnico/a (TPDT).

#### **Pagamento por prestações**

Para inscrições com valor superior a 200€, aceita-se o pagamento em 2 parcelas de 50%, com o acréscimo de uma taxa de gestão de 10€, paga no momento da 1ª prestação, sendo que a 2ª prestação deve ser sempre liquidada 15 dias antes do início da formação. O pagamento fracionado apenas é possível através de transferência bancária, mediante inscrição online no curso e comunicação prévia para [formacao@clinicadasconchas.pt](mailto:formacao@clinicadasconchas.pt)

#### **Informações Diversas**

- A inscrição só fica validada (inscrição definitiva) após o pagamento. Depois de fazer a inscrição/encomenda, dispõe de 5 dias para efetuar o pagamento.  
Caso não o faça, a compra será automaticamente cancelada, obrigando a uma nova inscrição.
- A fatura recibo será disponibilizada em formato digital na Área Pessoal do formando, no separador “Encomendas”, no site da Formação Clínica das Conchas.
- Os participantes deverão trazer roupa prática que lhes permita treinar adequadamente
- O material pedagógico de apoio à formação será disponibilizado aos formandos, em suporte digital, na Área Pessoal, no site da Formação Clínica das Conchas, após a realização do curso/formação.
- O número de contribuinte será utilizado pelo IPDJ para atribuição das unidades de crédito da formação. Verifique que o mesmo está correto e atualizado na sua conta pessoal.

Formação homologada por:

