

**IPS** Instituto  
Politécnico de Setúbal

**ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE**

**Curso Breve Certificado Para Fisioterapeutas**  
**Programa de Exercícios OTAGO**

**07-08-2019**



## 1. ENQUADRAMENTO DO CURSO

Este curso surge no seguimento da formação e da certificação no Programa de Exercícios Otago (PEO), recebidas por três docentes do Departamento de Fisioterapia. Trata-se da primeira formação em Portugal deste programa, dirigida a fisioterapeutas.

A parceria com a *Later Life Training* (LLT), entidade certificadora do curso na Europa, é fundamental, pois garante a certificação dos novos formandos, bem como o acesso à plataforma de aprendizagem online que está associada a essa formação.

## 2. OBJETIVOS DO CURSO

O Programa de Exercícios OTAGO (PEO) é reconhecido mundialmente pelos profissionais de saúde. Foi desenvolvido em 2008 pela LLT (líder internacional na área de especialidade "Falls Prevention Exercise for Frailer Older People"), em colaboração com os autores do PEO, Profs Campbell & Robertson (University of Dunedin, Otago, New Zealand). Este curso é certificado pela LLT, em toda a Europa e oferecido em formato de *b-learning* aos fisioterapeutas em Portugal, apenas pelos formadores certificados pela LLT.

O curso tem os seguintes objetivos:

A - Desenvolver conhecimento e compreensão sobre:

- a) A prevalência das quedas e respetivos custos para o País e Europa
- b) A evidência científica que sustenta o PEO
- c) A incidência, localização e consequências das quedas na população idosa
- d) As barreiras, fatores motivadores e teoria comportamental, de forma a apoiar a população idosa na mudança de comportamentos, aderindo a um treino de força e equilíbrio.

B - Desenvolver o raciocínio clínico sustentado na identificação das componentes, progressões e estratégias de apoio ao PEO, assim como os princípios de programação e liderança de um programa de exercícios junto da população idosa frágil.

C - Desenvolver competência para liderar, de forma efetiva e segura, um programa de prevenção de quedas junto da população idosa frágil.

Pretende-se que, no final do curso, os participantes sejam competentes e estejam confiantes na liderança do PEO junto da população idosa frágil, que tenha sido devidamente avaliada e que concorde em participar na aplicação do Programa.

## 3. DESTINATÁRIOS/REGRAS SOBRE ADMISSÃO

Os candidatos deverão ser:

- a) Titulares do grau de Licenciado em Fisioterapia ou titulares de um grau académico superior estrangeiro que confira o grau de Licenciado em Fisioterapia;
- b) Portadores de cédula profissional válida.

A ausência de titularidade de grau ou cédula profissional válida implica exclusão liminar.

#### **4. METODOLOGIAS DE ENSINO/APRENDIZAGEM**

O curso estrutura-se em 4 ECTS, de acordo com o volume de trabalho envolvido. Tem uma componente de aprendizagem online, com a utilização da plataforma da *Later Life Training*. Esta componente tem a duração de 1 mês e é avaliada através de dois testes de escolha múltipla com o requisito de 80% de perguntas corretas para aprovação (critérios estabelecidos pela entidade certificadora – *Later Life Training*).

O módulo presencial tem a duração de 3 dias presenciais e 54h de trabalho autónomo de preparação para a avaliação. Os 2 primeiros dias consistem na formação em si, seguidos de 3 semanas de prática em trabalho autónomo, e culminam com a avaliação no 3º dia presencial, 3 semanas após os dois dias presenciais.

A avaliação consiste na demonstração de uma sessão, em simulação, e de acordo com os critérios definidos pela *Later Life Training*. De acordo com o sistema de qualidade da LLT, a avaliação será realizada por um(a) formador(a) certificado(a), de outra instituição, que não tenha participado diretamente no curso.

#### **5. RESPONSABILIDADE DO CURSO**

Coordenadora: Professora Teresa Mimoso - [teresa.mimoso@ess.ips.pt](mailto:teresa.mimoso@ess.ips.pt)

#### **6. CARGA HORÁRIA, HORÁRIO E PERÍODO DE FUNCIONAMENTO**

- a) Duração do curso: 2 meses
- b) Nº de ECTS para obtenção da certificação: 4
- c) Horas de contacto: 16h de curso + 8h de avaliação
- d) Curso online: 1 a 23 de outubro de 2019
- e) Datas do Curso Presencial: 24 e 25 de outubro de 2019
- f) Avaliação Presencial: 22 de novembro de 2019

#### **7. DIPLOMAS**

O Diploma do curso é resultante da aprovação nas atividades do curso online e da avaliação presencial, a qual inclui a simulação de uma sessão, o planeamento de uma sessão completa e o plano de segurança. O Diploma é atribuído pela *Later Life Training*.

## 8. VAGAS

- a) Número de vagas: 12
- b) Número mínimo de matriculados para funcionamento: 8

## 9. PROPINA

O valor da propina é de 300€ (trezentos euros), podendo ser liquidado na íntegra ou em duas prestações. A primeira no ato da matrícula e a segunda até 18 de outubro de 2019.

O ato de matrícula implica o pagamento de uma taxa de 25€ (vinte e cinco euros).

Nota: As verbas despendidas na matrícula só serão devolvidas em caso de não funcionamento do curso. Para requerer a emissão do Diploma de Curso será necessário que o pagamento das propinas esteja concluído.

## 10. FORMADOR(ES)

Professora Teresa Mimoso

Professora Aldina Lucena

Professora Madalena Gomes da Silva

## 11. PROCESSO DE CANDIDATURA

As candidaturas são realizadas online em [www.ips.pt](http://www.ips.pt), nos prazos definidos neste edital. Cada candidato deverá preencher a ficha de candidatura e anexar os seguintes documentos:

- a) Fotocópia do documento de identificação (CC ou BI ou Passaporte) ou minuta de substituição;
- b) Comprovativo de habilitação do grau de licenciado em fisioterapia;
- c) Comprovativo da cédula profissional válida.

A candidatura implica o pagamento de uma taxa de 25€ (vinte e cinco euros).

## 12. PRAZOS DE CANDIDATURAS

### 1ª Fase

**Calendário de candidaturas:** de 19 de agosto a 15 de setembro de 2019

**Envio da lista ordenada dos candidatos, para homologação:** 20 de setembro 2019

**Afixação da lista ordenada dos candidatos:** 23 de setembro de 2019

**Período de reclamações:** 23 e 24 de setembro de 2019

**Decisão sobre as reclamações:** 25 de setembro de 2019

**Matrícula e inscrição:** 26 e 27 de setembro de 2019

**Início do curso online: 1 de outubro de 2019**



### **13. CRITÉRIOS DE SELEÇÃO**

Serão selecionados, por ordem de inscrição, os candidatos que apresentarem comprovativo da Licenciatura em Fisioterapia e Cédula Profissional válida.

### **14. OUTRAS INFORMAÇÕES**

IPS - Divisão académica

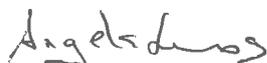
Telefone: 265 709 470

e-mail: divisão.académica@ips.pt

www.ips.pt

Data: 7 de agosto de 2019

**A Vice-presidente em Regime de Suplência do Presidente do Instituto Politécnico de Setúbal,**



(Ângela Maria Gomes Teles de Matos Cremon de Lemos)