

ESCOLA SUPERIOR DE DESPORTO DE RIO MAIOR

Pós-graduação

em **Atividade Física**

e **Saúde** na **Gravidez**

e **Pós-parto**



FUNCIONAMENTO

Curso intensivo online de cerca de 8 semanas a decorrer durante o 1.º semestre de 2024/2025 da ESDRM, entre 23 de setembro e 13 de dezembro de 2024, de segunda a sexta, 9-12h.

Todas as sessões serão gravadas para visualização posterior.

INFORMAÇÕES E CALENDÁRIO

ver página em ESDRM

CANDIDATURAS

academicos@esdrm.ipsantarem.pt
e ver edital de abertura em ESDRM

RESPONSÁVEL

Rita Santos Rocha
ritasantosrocha@esdrm.ipsantarem.pt

DESTINATÁRIOS

Preferencialmente, profissionais de exercício físico, mas também profissionais de saúde, detentores de licenciatura na área do desporto ou da saúde, respetivamente.

HORAS TOTAIS DE CONTACTO E DE TRABALHO
120h e 375

NÚMERO DE ECTS 15

PROPINA 200€

RECONHECIMENTO PROFISSIONAL E ACADÉMICO

Diploma de curso e reconhecimento da formação para renovação dos títulos profissionais de TEF e DT do IPDJ.

ÁREAS CIENTÍFICAS

Principal · CIÊNCIAS DO DESPORTO (813)

Secundária · CIÊNCIAS DA SAÚDE (720)



UNIDADE CURRICULAR

- SAÚDE E ESTILO DE VIDA NA GRAVIDEZ E PÓS-PARTO
- ADAPTAÇÕES E BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA NA GRAVIDEZ E PÓS-PARTO
- AVALIAÇÃO, PRESCRIÇÃO E MONITORIZAÇÃO DO EXERCÍCIO NA GRAVIDEZ
- PREPARAÇÃO PARA O PARTO, SAÚDE E RECUPERAÇÃO NO PÓS-PARTO
- EXERCÍCIO FÍSICO NA GRAVIDEZ E PÓS-PARTO
- TECNOLOGIA APLICADA AO EXERCÍCIO E SAÚDE DURANTE A GRAVIDEZ E PÓS-PARTO
- PROJETO FINAL

