

CRONOGRAMA PROVISÓRIO - PÓS-GRADUAÇÃO EM FISIOTERAPIA AQUÁTICA (ESSATLA)

Unidade Curricular	Fundamentos em Fisioterapia Aquática	Métodos de Avaliação Registo e Raciocínio Clínico em Fisioterapia Aquática	Métodos de Intervenção em Fisioterapia Aquática I	Métodos de Intervenção em Fisioterapia Aquática I	Segurança e Prevenção do Risco em Fisioterapia Aquática	Métodos de Intervenção em Fisioterapia Aquática I / Gestão e Empreendedorismo na Fisioterapia Aquática	Métodos de Intervenção em Fisioterapia Aquática II	Métodos de Intervenção em Fisioterapia Aquática II
Datas	17, 18 e 19 Out/25	7, 8 e 9 Nov/25	21, 22 e 23 Nov/25	12, 13 e 14 Dez/25	9, 10 e 11 Jan/26	23, 24 e 25 Jan/26	6, 7 e 8 Fev/26	27 e 28 Fev e 1 Mar/26
Horários e Modalidade	6ªf - online sábado - online domingo – online 15h (total)	6ªf - online sábado - online domingo - online 15h (total)	6ªf - online sábado - presencial domingo - presencial 15h (total)	6ªf - online sábado - presencial domingo – presencial 15h (total)	6ªf - online sábado - presencial domingo – presencial 15h (total)	6ªf - online sábado - presencial domingo – online 15h (total)	6ªf - online sábado - presencial domingo – presencial 15h (total)	6ªf - online sábado - presencial domingo – presencial 15h (total)
Formadores	César Sá	César Sá	Helena Murta	Maria João Oliveira	Olga Marques	Ana Catarina Martins César Sá Maria Inês Costa Bruno Queirós	Helena Murta	César Sá Maria Inês Costa Alexandra Amorim
Conteúdos Programáticos	- Introdução à Pós-Graduação - Perspetiva Histórica e definição - Princípios Físicos e ação muscular na água - Fisiologia da imersão e biomecânica aquática - Benefícios, Precauções e contraindicações	- Métodos de Avaliação e Registo em Meio Aquático - Raciocínio Clínico em Fisioterapia Aquática	- Método de adaptação ao meio aquático baseado no Conceito de Halliwick e Water Specific Therapy (WST) - Métodos de relaxamento ativo (Ai-Chi e outros)	- Método e Técnicas de Fortalecimento	- Emergência e evacuação / técnicas de entrada e saída - Segurança em Piscinas e Suporte Básico de Vida Aquático (Técnicas de Salvamento)	- Métodos de relaxamento passivo (Watsu) - Aspetos Arquitetónicos, legislação, equipamentos e sua manutenção - Orientações para iniciar/criar um projeto em Fisioterapia Aquática - Gestão, coordenação e manutenção de infraestruturas na área da saúde e do desporto	- Fisiologia e prescrição de exercício terapêutico em meio aquático - Trabalho em Deep-Water - Natação terapêutica e snorkel terapêutico - Programa Aqua Físio Lusa	- Método de Intervenção em Classes

Horário da Pós-Graduação:

- 6ª feira: 19h-22h (3h)
- Sábado: 9h-18h (8h)
- Domingo: 9h-13h (4h)

CRONOGRAMA PROVISÓRIO - PÓS-GRADUAÇÃO EM FISIOTERAPIA AQUÁTICA (ESSATLA)

Unidade Curricular	Saúde e Bem-Estar	Saúde e Bem-Estar / Investigação em Fisioterapia Aquática	Fisioterapia Aquática em Populações Específicas I	Fisioterapia Aquática em Populações Específicas I	Fisioterapia Aquática em Populações Específicas II	Fisioterapia Aquática em Populações Específicas II	Gestão e Empreendedorismo na Fisioterapia Aquática / Investigação em Fisioterapia Aquática
Datas	20, 21 e 22 Mar/26	10, 11 e 12 Abr/26	8, 9 e 10 Mai/26	29, 30 e 31 Mai/26	19, 20 e 21 Jun/26	3, 4 e 5 Jul/26	17, 18 e 19 Jul/26
Horários	15h (total) 6ªf - online sábado - online domingo - online	15h (total) 6ªf - online sábado - online domingo - online	15h (total) 6ªf - online sábado - presencial domingo - online	15h (total) 6ªf - online sábado - presencial domingo - presencial	15h (total) 6ªf - online sábado - presencial domingo - online	15h (total) 6ªf - online sábado - presencial domingo - presencial	15h (total) 6ªf - online sábado - online domingo - online
Formadores	Helena Murta	Helena Murta César Sá Maria Inês Costa Bruno Queirós	Maria João Oliveira Bruno Queirós Helena Murta	César Sá Joana Fernandes Ana Catarina Martins	Rita Sousa Laura Ricci	Alexandra Amorim Bruno Queirós César Sá	César Sá Maria Inês Costa Bruno Queirós
	- Conceito de Saúde e Bem-Estar - O papel e a intervenção do Fisioterapeuta Aquático em Estâncias Termais, Talassoterapia e Spa's - Técnicas Específicas em contexto termal	- Técnicas Específicas em contexto termal - Prática Baseada na Evidência em Fisioterapia Aquática - Análise Crítica da Evidência - Elaboração de projetos/estudos de caso	- Fisioterapia Aquática em Neurologia - Fisioterapia Aquática em Reumatologia	- Fisioterapia Aquática em Pediatria	- Fisioterapia Aquática em Ortopedia - Fisioterapia Aquática em Desporto - Fisioterapia Aquática em Cardiorespiratória	- Fisioterapia Aquática na Saúde da Mulher - Fisioterapia Aquática em Geriatria (Programa Balance & Strength e outros)	- Gestão, coordenação e manutenção de infraestruturas na área da saúde e do desporto - Empreendedorismo e Marketing na Fisioterapia Aquática - Apresentação de projetos/estudos de caso/trabalhos finais de investigação

Horário da Pós-Graduação:

- 6ª feira: 19h-22h (3h)
- Sábado: 9h-18h (8h)
- Domingo: 9h-13h (4h)

Informação Importante: O cronograma poderá ser passível de alterações por razões alheias à ESSATLA.

CRONOGRAMA PERSONALIZADO PROVISÓRIO

UNIDADE CURRICULAR	CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	DIAS		HORÁRIO	CARGA HORÁRIA		FORMADORES
					TOTAL	PARCIAL	
Fundamentos em Fisioterapia Aquática	<ul style="list-style-type: none"> - Introdução à Pós-Graduação - Perspetiva Histórica e definição - Princípios Físicos e ação muscular na água - Fisiologia da imersão e biomecânica aquática - Benefícios, Precauções e contraindicações 	17 Outubro	6ªfeira (online)	19h – 22h	15 h	3 h	César Sá
		18 Outubro	Sábado (online)	09h – 18h		8 h	César Sá
		19 Outubro	Domingo (online)	9h – 13h		4 h	César Sá
Métodos de Avaliação, Registo e Raciocínio Clínico em Fisioterapia Aquática	<ul style="list-style-type: none"> - Métodos de Avaliação e Registo em Meio Aquático - Raciocínio Clínico em Fisioterapia Aquática 	7 Novembro	6ªfeira (online)	19h – 22h	15 h	3 h	César Sá
		8 Novembro	Sábado (online)	09h – 18h		8 h	César Sá
		9 Novembro	Domingo (online)	9h – 13h		4 h	César Sá
Métodos de Intervenção em Fisioterapia Aquática I	<ul style="list-style-type: none"> - Método de adaptação ao meio aquático baseado no Conceito de Halliwick e Water Specific Therapy (WST) - Métodos de relaxamento ativo (Ai-Chi e outros) 	21 Novembro	6ªfeira (online)	19h – 22h	15 h	3 h	Helena Murta
		22 Novembro	Sábado (presencial)	09h – 18h		8 h	Helena Murta
		23 Novembro	Domingo (presencial)	9h – 13h		4 h	Helena Murta
	<ul style="list-style-type: none"> - Métodos e Técnicas de Fortalecimento (Bad Ragaz e outros) 	12 Dezembro	6ªfeira (online)	19h – 22h	15 h	3 h	Maria João Oliveira
		13 Dezembro	Sábado (presencial)	09h – 18h		8 h	Maria João Oliveira
		14 Dezembro	Domingo (presencial)	9h – 13h		4 h	Maria João Oliveira
Segurança e prevenção do risco em Fisioterapia Aquática	<ul style="list-style-type: none"> - Emergência e evacuação / técnicas de entrada e saída - Segurança em Piscinas e Suporte Básico de Vida Aquático (Técnicas de Salvamento) 	9 Janeiro	6ªfeira (online)	19h – 22h	15 h	3 h	Olga Marques
		10 Janeiro	Sábado (presencial)	09h – 18h		8 h	Olga Marques
		11 Janeiro	Domingo (presencial)	9h – 13h		4 h	Olga Marques

Gestão e Empreendedorismo na Fisioterapia Aquática	- Aspetos Arquitetónicos, legislação, equipamentos e sua manutenção	23 Janeiro	6ªfeira (online)	19h – 22h	3 h	3 h	César Sá
Métodos de Intervenção em Fisioterapia Aquática I	- Métodos de relaxamento passivo (Watsu e outros)	24 Janeiro	Sábado (presencial)	09h – 18h	8 h	8 h	Ana Catarina Martins
Gestão e Empreendedorismo na Fisioterapia Aquática	- Orientações para iniciar/criar um projeto em Fisioterapia Aquática - Gestão, coordenação e manutenção de infraestruturas na área da saúde e do desporto - Empreendedorismo e Marketing na Fisioterapia Aquática	25 Janeiro	Domingo (online)	9h – 13h	4 h	4 h	César Sá Maria Inês Costa Bruno Queirós
Métodos de Intervenção em Fisioterapia Aquática II	- Fisiologia e prescrição de exercício terapêutico em meio aquático - Trabalho em Deep-Water - Natação terapêutica e snorkel terapêutico	6 Fevereiro	6ªfeira (online)	19h – 22h	30 h	3 h	Helena Murta
		7 Fevereiro	Sábado (presencial)	09h – 18h		8 h	Helena Murta
		8 Fevereiro	Domingo (presencial)	9h – 13h		4 h	Helena Murta
	- Método de Intervenção em Classes	27 Fevereiro	6ªfeira (online)	19h – 22h		3 h	César Sá Maria Inês Costa Alexandra Amorim
		28 Fevereiro	Sábado (presencial)	09h – 18h		8 h	
		1 Março	Domingo (presencial)	9h – 13h		4 h	
Saúde e Bem-Estar	- Conceito de Saúde e Bem-Estar - O papel e a intervenção do Fisioterapeuta Aquático em Estâncias Termas, Talassoterapia e Spa's - Técnicas Específicas em contexto termal	20 Março	6ªfeira (online)	19h – 22h	18 h	3 h	Helena Murta
		21 Março	Sábado (online)	09h – 18h		8 h	Helena Murta
		22 Março	Domingo (online)	9h – 13h		4 h	Helena Murta
		10 Abril	6ªfeira (online)	19h – 22h		3 h	Helena Murta

Investigação em Fisioterapia Aquática	- Prática Baseada na Evidência em Fisioterapia Aquática	11 Abril	Sábado (online)	09h – 18h	12 h	8 h	César Sá Maria Inês Costa Bruno Queirós
	- Análise Crítica da Evidência - Elaboração de projetos/estudos de caso	12 Abril	Domingo (online)	9h – 13h		4 h	César Sá Maria Inês Costa Bruno Queirós
Fisioterapia Aquática em Populações Específicas I	- Fisioterapia Aquática em Neurologia	8 Maio	6ªfeira (online)	19h – 22h	30 h	3 h	Bruno Queirós
		9 Maio	Sábado (presencial)	09h – 18h		8 h	Maria João Oliveira
	- Fisioterapia Aquática em Reumatologia	10 Maio	Domingo (online)	9h – 13h		4 h	Helena Murta
	- Fisioterapia Aquática em Pediatria	29 Maio	6ªfeira (online)	19h – 22h		3 h	César Sá Joana Fernandes Ana Catarina Martins
		30 Maio	Sábado (presencial)	09h – 18h		8 h	César Sá Joana Fernandes Ana Catarina Martins
		31 Maio	Domingo (presencial)	9h – 13h		4 h	César Sá Joana Fernandes Ana Catarina Martins
Fisioterapia Aquática em Populações Específicas II	- Fisioterapia Aquática em Ortopedia - Fisioterapia Aquática em Desporto	19 Junho	6ªfeira (online)	19h – 22h	30 h	3 h	Rita Sousa
		20 Junho	Sábado (presencial)	09h – 18h		8 h	Rita Sousa
	- Fisioterapia Aquática em Cardiorrespiratória	21 Junho	Domingo (online)	9h – 13h		4 h	Laura Ricci
	- Fisioterapia Aquática na Saúde da Mulher - Fisioterapia Aquática em Geriatria (Programa Balance & Strength e outros)	3 Julho	6ªfeira (online)	19h – 22h		3 h	Alexandra Amorim
		4 Julho	Sábado (presencial)	09h – 18h		8 h	Alexandra Amorim
		5 Julho	Domingo (presencial)	9h – 13h		4 h	Bruno Queirós César Sá

Investigação em Fisioterapia Aquática	- Prática Baseada na Evidência em Fisioterapia Aquática - Análise Crítica da Evidência	17 Julho	6ªfeira (online)	19h – 22h	3 h	3 h	César Sá Maria Inês Costa Bruno Queirós
Gestão e Empreendedorismo na Fisioterapia Aquática	- Gestão, coordenação e manutenção de infraestruturas na área da saúde e do desporto - Empreendedorismo e Marketing na Fisioterapia Aquática	18 Julho	Sábado (online)	09h – 18h	8 h	8 h	César Sá Maria Inês Costa Bruno Queirós
Investigação em Fisioterapia Aquática	- Apresentação de projetos/estudos de caso/trabalhos finais de investigação	19 Julho	Domingo (online)	9h – 13h	4 h	4 h	César Sá Maria Inês Costa Bruno Queirós
					225 h		

Informação Importante: O cronograma poderá ser passível de alterações por razões alheias à ESSATLA