

Formação Contínua	BANDAS NEUROMUSCULARES	Código: 729 (Saúde)
Coordenação	ESSNorteCVP Unidade de Formação e Desenvolvimento Humano (UFDH)	
Descrição/ Fundamentação	<p>A utilização de bandas neuromusculares promove o processo de recuperação. Estas atuam sobre o sistema somatossensorial, permitindo a diminuição dos processos inflamatórios, aumentando a perfusão nas zonas afetadas. São também utilizadas como técnica coadjuvante de outras terapias, prolongando o seu efeito, pelo que são de suma importância na abordagem terapêutica a um conjunto alargado de disfunções a nível músculo-esquelético, linfático, neurológico. Esta intervenção terapêutica tem como resultado a melhoria da perfusão e do processo de regeneração; a reeducação do sistema neuromuscular; a redução da dor; o aumento da performance; e a prevenção de lesões. A utilização desta técnica implica, porém, o desenvolvimento de competências técnicas e científicas específicas, sendo por isso essencial o desenvolvimento de formação específica nesta área dirigida aos profissionais que considerem incorporar estas técnicas na sua prática profissional. Este curso terá, para além da componente teórica, uma forte componente teórico-prática, com recurso à simulação.</p>	
Objetivos	<p>Este curso tem os seguintes objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - descrever o método, conceitos e história das bandas neuromusculares; - descrever os efeitos neuro-fisiológicos das bandas neuromusculares: analgésico, suporte muscular, drenagem e corretivo; - aplicar a técnica de aplicação de bandas neuromusculares a nível muscular; - aplicar a técnica de aplicação de bandas neuromusculares em situações específicas como cicatrizes, fibroses e hematomas; - capacitar para a técnica de aplicação do Spiral Tape; - treinar a aplicação de bandas neuromusculares. 	
Destinatários	Profissionais de saúde	
Duração	20 horas (<i>presenciais</i>)	
ECTS	2 ECTS (crédito)	
Metodologia e Avaliação	Exposição oral dos conteúdos teóricos e teórico-práticos com uso de diapositivos e outros meios de multimédia. Serão realizados exercícios práticos. A avaliação é feita em função da participação em aula (10%) e prova prática (90%).	
Formador	<p>NELSON COSTA Licenciado em Enfermagem. Certificado em Osteopatia pelo Instituto Português de Naturologia – Porto e Graduado pela British School of Osteopathy. Pós-Graduação em Acupuntura. Formado em Taping Miofascial: Básico e Avançado e formação básica e avançada em Indução Miofascial – Nível I, II e III, pelo Instituto Português de Naturologia – Porto.</p>	

	CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	TEMPO DE TRABALHO		ECTS
		TOTAL	CONTATO (PRESENCIAIS)	
	1. Introdução ao Método: conceitos, teoria e história 2. Características do material 3. Efeitos neuro-fisiológicos das BNM: analgésico, suporte muscular, drenagem e correção articular 4. Evidências científicas das BNM 5. Indicações e Contra-indicações 6. Princípios de aplicação prática 7. Conceitos básicos das técnicas corretivas: guia de tensões e precauções 7.1 Aplicação para correção muscular; 7.2 Introdução à correção fascial; 7.3 Introdução à correção de espaço; 7.4 Introdução às correções de tendões e ligamentos; 7.5 Introdução à correção funcional; 7.6 Introdução à correção linfática e circulatória. 8. Aplicação prática das BNM a nível muscular: 8.1. Quadrante superior (Escalenos, ECOM, Deltóide, Bicipite, Tricípite, Supra-espinhoso, Grande e pequeno peitoral, Subclávio, Longo palmar) 8.2 Região do tronco (Rombóides, Extensores da coluna cervical, Massa comum, Trapézio, Quadrado lombar) 8.3 Quadrante Inferior (Quadricípite, Isquiotibiais, Adutores, TFL, Costureiro, Grande, Médio e pequeno glúteo, Tricípite sural, Tibial anterior, Longo extensor hallux) 8.4 Região do Abdómen (Recto Abdómen, Pequeno e grande oblíquo, Diafragma, Psoas) 9. Aplicações das BNM em situações específicas: 9.1 Cicatrizes 9.2 Fibroses 9.3 Hematomas 10. Conceitos avançados das técnicas correctivas param patologias músculo-esqueléticas simples como: 10.1 Instabilidade do ombro multiaxial 10.2 Síndrome do Túnel Cárpico 10.3 Cervicobraquialgia 10.4 Discopatia 11. Apresentação do conceito do Spiral Taping (ou Cross Taping) 12. Outras Aplicações Práticas (BNM em Medicina Tradicional Chinesa, a nível Visceral).	52	20	2
Calendarização	O curso tem a duração de 3 dias: Sexta-feira (16h às 20h) e sábados (09h às 18h). Data: 08 de novembro 2019 – 16h às 20h 09 e 16 de novembro 2019 – 09h às 18h			
Inscrição	As inscrições devem ser enviadas ao Gabinete de Formação Contínua: formacao@essnortecvp.pt			

Documentos para Inscrição	<p>As inscrições devem ser formalizadas mediante preenchimento da Ficha de Inscrição (<i>Modelo Q39-2</i>), disponibilizado no site.</p> <p>Para formalização da inscrição deve enviar:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprovativo de transferência, NIB: 0045 3090 40194248107 07, no valor da inscrição da formação.
Requisitos mínimos	Licenciatura na área das Ciências da Saúde
Vagas	<p>20 vagas</p> <p>Apenas se garante a abertura do curso se o número de inscritos for igual ou superior a 15 (quinze)</p>
Valor da formação	<ul style="list-style-type: none"> - Inscrição: 10€ (pago a quando da realização da inscrição) - Valor da Formação: 122,50€ (pago no 1º dia do curso) - Valor da Formação para Antigos Estudantes: 100,00 € (pago no 1º dia do curso)
Informações	<p>ESSNorteCVP, Rua da Cruz Vermelha – Cidacos, Apartado 1002, 3720-126 Oliveira de Azeméis</p> <p>Tlf: 256 661 430 Telm.: 919 612 565</p> <p>E-mail: formacao@essnortecvp.pt www.essnortecvp.pt</p>