

EDITAL

Pós-Graduação em Fisioterapia e Saúde Pélvica

3ª Edição

Nos termos do Decreto-Lei n.º 42/2005, de 22 de fevereiro, do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de março e sucessivas alterações, e demais legislação aplicável. No cumprimento do Regulamento de Cursos não Conferentes de Grau do Instituto Politécnico de Coimbra - Despacho n.º 5051/2017 de 26 de abril, publicado na 2.ª Série do Diário da República, n.º 109 de 6 de junho, faz-se saber que está aberto concurso de acesso à Pós-Graduação em Fisioterapia e Saúde Pélvica, o qual se rege pelas seguintes disposições:

1. A Saúde Pélvica tem assistido a um progressivo quebrar de amarras e tabus, e é hoje uma área de crescente procura assistencial, nomeadamente a nível de cuidados de Fisioterapia. A sua abordagem implica um processo colaborativo e interdisciplinar que visa oferecer os melhores resultados ao utente, e o máximo de ganhos em saúde.

A Pós-Graduação em Fisioterapia e Saúde Pélvica 1) tem como finalidade dotar os licenciados da área de Fisioterapia de conhecimentos, aptidões e competências especializadas e aprofundadas em Saúde Pélvica (Mulher, Homem e Criança); 2) considera diferentes especialidades (Uroginecologia, Coloproctologia, Sexualidade, Dor Pélvica e outras condições específicas), em diferentes fases do ciclo de vida, tendo por base a prática informada pela evidência e considerando a pessoa como ser biopsicossocial.

De natureza profissionalizante, combina conceitos teóricos com ensino iminentemente prático, sempre numa perspetiva interdisciplinar para a prestação de cuidados diferenciados, incluindo a vertente preventiva e de promoção da saúde pélvica. Para os que já estão integrados no mercado de trabalho, esta será uma oportunidade de acrescentar valor à sua prática, adquirir novas ferramentas, e desenvolver novas competências e dinâmicas de intervenção.

Ao longo do curso, os participantes terão oportunidades de aperfeiçoamento pessoal e profissional, sendo estimulada a sua capacidade de avaliar e tratar distintas disfunções do pavimento pélvico, tendo por base o raciocínio clínico e o pensamento crítico na adaptabilidade e personalização de tratamentos de qualidade, que respondam às necessidades específicas de cada pessoa. Os diálogos e partilha de experiências interdisciplinares, com especialistas nacionais e internacionais, serão uma oportunidade acrescida nesta formação.

A PG em Fisioterapia e Saúde Pélvica é um programa especificamente desenhado para fisioterapeutas, que contemplará, também, unidades curriculares abertas a outros profissionais da área da saúde, que procuram novas competências para a consolidação da sua carreira, numa perspetiva interdisciplinar e sinérgica de prestação de cuidados.

Divide-se em 9 unidades curriculares, perfazendo um total de 170 horas de ensino blended learning, correspondente a 30 ECTS.

Á Área científica predominante: Fisioterapia, classificação das áreas de educação e formação (CNAEF) 726 – Terapia e Reabilitação, de acordo com a Portaria n.º 256/2005, de 16 de março.

2. A estrutura curricular, o plano de estudos e as unidades curriculares, ECTS, são as constantes do Anexo I do presente Edital.
3. Podem candidatar-se à matrícula e inscrição os titulares de Licenciatura em Fisioterapia ou equivalente legal.
4. Os candidatos que reúnam as condições expressas no número anterior são admitidos a concurso, seriados e selecionados tendo em conta a aplicação dos seguintes critérios:
 - a. Classificação de licenciatura (CL)
 - b. Percurso académico (PA)
 - c. Experiência profissional (EP)

Os candidatos admitidos a concurso serão ordenados, numa escala de 0 a 20 valores, arredondada às centésimas, tendo em consideração a classificação final (CF), obtida pela aplicação da seguinte fórmula:

$$CF = 0,4 CL + 0,3 PA + 0,3 EP$$

Em que:

CL - representa a classificação de licenciatura expressa através de uma escala num intervalo de 10 a 20 valores;

PA - para a pontuação atribuída ao percurso académico é tido em conta o grau académico que o candidato tem: detentor do grau de doutor 20 valores; detentor do grau de mestre 18 valores; detentor do grau de licenciado 14 valores; detentor do grau de bacharel 10 valores;

EP - a classificação atribuída a este item corresponde a um ponto por cada ano de serviço completo até um máximo de 20 valores.

Nota: A classificação a atribuir neste parâmetro, caso não entregue documento(s) comprovativo(s) devidamente certificado(s) pela(s) entidade(s) patronal(ais) do tempo de serviço, será de zero valores.

Critério de desempate: data e hora da submissão da candidatura.

5. As candidaturas decorrem exclusivamente on-line, devendo ser submetidas em <https://infoestudante.ipc.pt/>, acompanhado da digitalização (formato pdf) dos seguintes documentos:

- a) Cartão de Cidadão ou Bilhete de Identidade e Número de Identificação Fiscal ou Passaporte (terá de escrever no documento que a entrega apenas se destina para confirmação de informação na ESTeSC, caso não pretenda anexar a informação deverá entrar em contacto com os serviços académicos da ESTeSC);
- b) Documento comprovativo de habilitação de curso superior, com informação da classificação final [os candidatos provenientes dos cursos da ESTeSC ficam dispensados de entregar os documentos certificativos (emitido pelos serviços académicos da ESTeSC), devendo para o efeito anexar no respetivo item declaração, devidamente assinada em como cumprem os requisitos necessários à candidatura];

- c) Curriculum vitae de acordo com o modelo europass, e respetivos comprovativos, como por exemplo documento(s) comprovativo(s) devidamente certificado(s) pela(s) entidade(s) patronal(ais) do tempo de serviço;
- d) Outros documentos relevantes para o processo de candidatura.

No final do processo o candidato deverá imprimir/visualizar o pagamento dos emolumentos associados à sua candidatura e o comprovativo da sua candidatura. A candidatura só será válida após o pagamento da taxa de candidatura até ao último dia de candidatura.

6. Os prazos são os seguintes:

- Candidatura: até 26 de novembro de 2026;
- Afixação da lista de admissão e provisória seriada de colocação: 7 de dezembro de 2026;
- Reclamações: até 10 de dezembro de 2026;
- Decisão sobre reclamações/lista final seriada de colocação: 15 de dezembro de 2026;
- Matrícula e inscrição (exclusivamente on-line): 17 de dezembro de 2026.

No caso de não serem preenchidas todas as vagas do concurso, poderá realizar-se uma segunda fase de candidaturas, com calendário a definir.

7. Os candidatos colocados devem proceder à matrícula e inscrição (exclusivamente on-line) em <https://infoestudante.ipc.pt/>, no prazo estabelecido no presente Edital.

Em caso de desistência expressa da matrícula e inscrição, ou de não comparência para realização da mesma, a ESTeSC convoca, no prazo de 5 dias após o termo do período de matrícula e inscrição, os candidatos constantes da lista seriada, pela ordem aí indicada. Estes têm prazo improrrogável de 3 dias, após a receção da notificação, para procederem à matrícula e inscrição.

A anulação da matrícula/inscrição implica o pagamento da propina na íntegra.

8. Fixa-se em 24 o número de vagas colocadas a concurso.

9. A Pós-Graduação funcionará com um número mínimo de 15 alunos. Em caso de não existir um número mínimo de alunos para a abertura da Pós-Graduação são devolvidos os emolumentos a todos os alunos que efetivarem a sua matrícula/inscrição.
10. O curso de Pós-Graduação ocorrerá 15 de janeiro a 25 de setembro de 2027, funcionará, por regra, às sextas-feiras das 18h00 às 22h00 e aos sábados, das 09h00 às 13h00 e das 14h00 às 18h00, em regime blended learning, de acordo com o Cronograma Escolar proposto pelo Coordenador de Curso, a aprovar pelo Presidente da ESTeSC, que será divulgado, antes do início das aulas.
11. São devidos os seguintes emolumentos e propinas:
- Taxa de candidatura: 50,00 €
- Taxa de matrícula/inscrição: 50,00 €
- Propina: 1.400,00 € (Pagamento em 10 prestações mensais, a primeira no valor 50,00€ será paga no ato da matrícula, as restantes 9 prestações no valor de 150,00€ vencem ao dia 8 de cada mês, com início no mês de janeiro de 2027);
- 1.300,00 €* (Pagamento em 10 prestações mensais, a primeira no valor 50,00€ será paga no ato da matrícula. As restantes 9 prestações, no valor de 140,00 € cada, vencem no dia 8 de cada mês, com início no mês de janeiro de 2027, com exceção da última prestação, no valor de 130,00€);
- *Aplica-se a Fisioterapeutas detentores do grau de licenciado pela ESTeSC;
- 1.200,00 €** (Pagamento em 10 prestações mensais, a primeira no valor 50,00€ será paga no ato da matrícula. As restantes 9 prestações, no valor de 130,00 € cada, vencem no dia 8 de cada mês, com início no mês de janeiro de 2027, com exceção da última prestação, no valor de 110,00€);
- **Aplica-se a monitores de estágio que tenham colaborado de forma efetiva e não remunerada na orientação de estágios curriculares em Fisioterapia da ESTeSC, nos anos letivos 2025/2026 e 2024/2025.
12. A frequência das unidades curriculares é obrigatória, estando sujeita a um limite de faltas que não pode exceder os 10% das horas definidas para cada uma das

unidades curriculares. O estudante que ultrapasse o limite de faltas não poderá ser sujeito à avaliação da unidade curricular.

A avaliação de conhecimentos nas unidades curriculares tem carácter individual e será efetuada de acordo com as regras comunicadas ao estudante, pelos docentes, na primeira aula da unidade curricular.

Considera-se aprovado numa unidade curricular o estudante que, tendo sido admitido a avaliação, tenha obtido nota final igual ou superior a dez valores.

13. A classificação final do curso de Pós-Graduação em Fisioterapia e Saúde Pélvica é a média aritmética ponderada, calculada até às centésimas e arredondada às unidades (considerando-se como unidade a fração não inferior a 50 centésimas) das classificações obtidas nas UC que integram o respetivo plano de estudos.
14. A atribuição de um Diploma da Pós-Graduação em Fisioterapia e Saúde Pélvica será concretizada pela Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra do Instituto Politécnico de Coimbra, mediante a aprovação a todas as unidades curriculares do curso.
15. A não conclusão de unidade(s) curricular(es) confere um certificado curricular, discriminado, com a aprovação da(s) unidade(s) curricular(es) que o estudante frequentou e concluiu com sucesso.
16. Júri:
Presidente: Anabela Correia Martins (Coordenador do Curso)
Vogal: Rui Miguel Monteiro Soles Gonçalves
Vogal: Cristina Maria de Oliveira e Silva Patrício
17. As dúvidas de interpretação e os casos omissos serão decididos pelo Presidente da ESTeSC, ouvida a Coordenação do Curso.

O Vice-Presidente da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra

Assinado por: **Telmo António dos Santos Pereira**
Num. de Identificação: 10832584



Anexo I

Plano de estudos e conteúdos programáticos, com indicação da duração do curso, horas totais e horas de contacto, respetivos créditos ECTS e Áreas Científicas

Área Científica: Fisioterapia (FISIO).

Tabela 1 – Plano de estudos da Pós-Graduação em Fisioterapia e Saúde Pélvica

Unidades Curriculares	Período	Horas Contacto	Horas trabalho totais	ECTS	Área Científica
Considerações Anatômicas e Avaliação Abdomino-Pelviperineal em Fisioterapia	S	TP-14	79,5	3	FISIO
Fisioterapia em Disfunções Pélvicas e Saúde na Mulher: Uroginecologia	S	TP-26	106	4	FISIO
Fisioterapia em Disfunções Pélvicas e Saúde no Homem: Uroandrologia	S	TP-16	79,5	3	FISIO
Fisioterapia em Disfunções Pélvicas e Saúde na Criança	S	TP-16	79,5	3	FISIO
Fisioterapia em Disfunções Anorretais	S	TP-16	79,5	3	FISIO
Condições Específicas em Saúde Pélvica	S	TP-24	106	4	FISIO
Estratégias de Intervenção e Modalidades Terapêuticas em Fisioterapia Pélvica: Prática Baseada na Evidência	S	TP-20	106	4	FISIO
Seminários em Saúde Pélvica	S	TP-20	53	2	FISIO
Trabalho de Investigação/Estágio Clínico em Fisioterapia e Saúde Pélvica	S	OT-18; E-18	106	4	FISIO
TOTAL	-	TP: 152; OT: 18 / E: 18 Total: 170	795	30	-

Conteúdos programáticos

Considerações Anatômicas e Avaliação Abdomino-Pelviperineal em Fisioterapia

Anatomofisiologia do complexo abdomino-pélvico-perineal.

Biomecânica e dinâmica de pressões pélvicas.

Avaliação em fisioterapia (anamnese e exame subjetivo).

Principais instrumentos de avaliação.

Avaliação exopélvica do complexo abdomino-lombo-pélvico e perineal.

Avaliação endopélvica.

Fisioterapia em Disfunções Pélvicas e Saúde na Mulher: Uroginecologia

Avaliação e tratamento médico da disfunção pélvica na mulher.

Gravidez:

- Alterações fisiológicas e modificações biomecânicas do complexo abdomino-lombo-pelviperineal na grávida;

- Principais disfunções musculoesqueléticas, do pavimento pélvico e outros sintomas na gravidez;
- Biomecânica da pélvis no trabalho de parto;
- Posicionamentos fetais;
- Importância do equilíbrio Sistema Nervoso Autónomo na gravidez e no trabalho de parto;
- A dor no trabalho de parto.

Pós-Parto (puerpério Imediato):

- Alterações fisiológicas no pós-parto;
- Alterações posturais mais frequentes e impacto no pavimento pélvico;
- Alterações do padrão respiratório no pós-parto;
- Trauma obstétrico (episiotomia e cesariana) e complicações;
- Alterações e disfunções do pavimento pélvico no pós-parto.

Pós-Parto (Puerpério Tardio):

- Puerpério e atividade desportiva - Gestão de pressão intra-abdominal.

Disfunção Pélvica na Mulher:

- Saúde da mulher e ciclo de vida;
- Tipos de disfunção pélvica da mulher;
- Epidemiologia e fatores de risco;
- Incontinência Urinária;
- Prolapso de Órgãos Pélvicos.
- Saúde pélvica na Mulher Atleta:
- Desporto de alto impacto e função abdomino-lombo-pelviperineal;
- Disfunção pélvica na mulher atleta.

Menopausa:

- Síndrome Genitourinária da Menopausa;
- Menopausa precoce/ induzida/ processo fisiológico natural;
- Processos oncológicos e (dis)função pélvica;
- Pós-menopausa – envelhecimento.
- Plano de parto e sua importância.

Trabalho de Parto e tipos de parto:

- Sinais de parto - caracterização e procedimentos práticos da grávida;
- A dor do trabalho de parto - estratégias de suporte e facilitação;
- Fisiologia e procedimentos práticos na fase de Dilatação e Expulsão;
- Posturas no período expulsivo;
- O Processo de amamentação, desafios e estratégias.

Intervenção do Fisioterapeuta na Preparação para o Nascimento na Gestação:

- Anamnese, avaliação da grávida e consentimento informado;
- Orientações para a prática do exercício físico na grávida;
- Gestão da pressão intra-abdominal no exercício e nas AVDs;
- Orientações para o uso de recursos habituais (bola de Pilates, banco de parto, entre outros);
- Exercícios respiratórios e de mobilidade: global e pélvica;
- Terapia Manual para equilíbrio de tensões corporais;
- Estratégias não farmacológicas de gestão e alívio da dor no trabalho de parto;

- Preparação do pavimento pélvico para o parto vaginal (pavimento pélvico funcional, massagem perineal e exercícios);
- Parto (posturas e período expulsivo) – prática;
- Episiotomia e lacerações do pavimento pélvico;
- Intervenção do fisioterapeuta na gestação de alto risco.

Cuidados pós-parto imediatos para parto vaginal e cesariana.

Avaliação e reabilitação da puérpera – complexo abdomino-lombo-pelviperineal.

Avaliação e intervenção nas cicatrizes.

Estratégias de Intervenção no Pós-parto tardio.

Reeducação postural – Pilates clínico.

Estratégias de Intervenção nas disfunções pélvicas da mulher, mulher atleta e menopausa.

Discussão de casos clínicos.

Fisioterapia em Disfunções Pélvicas e Saúde no Homem: Uroandrologia

Especificidades da anatomia e sistema genito-urinário masculino e avaliação das disfunções pélvicas no homem (anamnese e exame físico).

Fisiopatologia da HBP, Cancro da Próstata e respetivos fatores de risco.

Diagnóstico e principais opções de tratamento do CaP.

Principais cirurgias urológicas.

Mecanismos de continência masculino.

Doença de Peyronie e outras patologias pélvicas masculinas.

Fisiologia da ereção.

Avaliação e tratamento das principais disfunções sexuais masculinas (Disfunção erétil; ejaculação precoce).

Incontinência urinária masculina.

Estratégias de intervenção em Fisioterapia baseada na evidência.

Prática de avaliação e estratégias de intervenção em Fisioterapia.

Discussão de casos clínicos.

Fisioterapia em Disfunções Pélvicas e Saúde na Criança

Anatomofisiologia e avaliação do trato urinário inferior e sistema anorretal na criança;

Neurofisiologia da micção e da defecação.

Prevenção de fatores de risco: treino do desfralde e comportamentos saudáveis.

Principais patologias urológicas e anorretais pediátricas e respetiva fisiopatologia.

Avaliação e tratamento médico e cirúrgico das disfunções urológicas e anorretais pediátricas.

Técnicas específicas de intervenção nas disfunções pélvicas na criança, baseada na evidência.

Discussão de casos clínicos.

Fisioterapia em Disfunções Anorretais

Epidemiologia e Fatores de Risco nas Disfunções do Pavimento Pélvico.

Breve Revisão Anatômica e Fisiologia Anorretal: Incontinência, Defecação e Diferentes Reflexos.

Diagnóstico e Tratamento Médico Cirúrgico das Disfunções do Pavimento Pélvico.

Patologias Anorretais: Obstipação, Dissinergias, Incontinência Anal, Incontinência Fecal, Dor, etc.

Técnicas de Reeducação e Intervenção de Fisioterapia em Condições Anorretais.

Discussão de Casos Clínicos.

Condições Específicas em Saúde Pélvica

Dor Pélvica:

- Dor Pélvica Crónica: Neurofisiopatologia e principais estratégias de tratamento médico;
- Dor: pensando mais além do sistema músculo-esquelético;
- Neuromodulação Periférica do Sistema Nervoso Central: Função e Dor.

Sexualidade:

- Anatomofisiologia da Sexualidade Humana;
- Desenvolvimento Psicossocial na Infância, Adolescência e Idade Adulta;
- Modelos de Resposta Sexual;
- Neurodiversidade e Sexualidade;
- Problemas Sexuais – Mulher e Homem;
- Sexologia Clínica: Intervenção na Mulher e Homem;
- Diversidade sexual e de género: Modelos de compreensão e intervenção;
- A Sexualidade como Construção Social – Quebrando Barreiras;
- Sexualidade na Doença Crónica e no Adulto Sénior;
- Abordagem da Sexualidade – Modelo PLISSIT;
- Sexologia Clínica: Intervenção na População LGBTQIA+;
- Avaliação e intervenção médica na Saúde Pélvica da População LGBTQIA+.

Condições Neurológicas:

- Patologias Neurológicas: Adquiridas e Congénitas;
- Sintomatologia Urinária e Fecal nas Patologias Neurológicas;
- Sexualidade na Patologia Neurológica.

Estratégias de Intervenção e Modalidades Terapêuticas em Fisioterapia Pélvica: Prática Baseada na Evidência

Evidência científica e guidelines de intervenção em fisioterapia pélvica;

Intervenção de fisioterapia em condições específicas: dor pélvica e (dis)função sexual.

Ecografia funcional abdomino-perineal – fundamentos teóricos.

Estimulação do nervo tibial posterior.

Gametherapy/ Realidade Virtual.

Exercício terapêutico, treino funcional e controlo motor.

Técnicas e estratégias de relaxamento.

Sistema Nervoso Autónomo e Neuromodulação.

Importância da abordagem interdisciplinar.

Estratégias de prevenção das disfunções pélvicas.

Psicoeducação e estratégias comportamentais.

Saúde pélvica em condições neurológicas – intervenção do fisioterapeuta.

Técnicas específicas de terapia manual.

Indução miofascial.

Treino dos MPP, Treino Funcional, Controlo Motor e Proprioceção.

Biofeedback.

Eletroestimulação dos MPP.

Ecografia funcional abdomino-perineal.

Intervenção ecoguiada em saúde pélvica.

Diatermia /Radiofrequência.

Discussão de Casos Clínicos.

Seminários em Saúde Pélvica

Temas Emergentes em Saúde Pélvica (ministrados e atualizados de acordo com as necessidades e constante evolução técnico científica), como por exemplo:

Abordagens Interdisciplinares (nacionais e internacionais).

Metodologias de Investigação em Saúde Pélvica

Abordagens Cirúrgicas em Saúde Pélvica.

Imagiologia e Pavimento Pélvico.

Terapias Integrativas e Pavimento Pélvico.

Saúde Pélvica e Saúde Mental em Movimento.

Nutrição e Saúde Pélvica.

Humanização de Cuidados de Saúde: a Arte de Cuidar.

Trabalho de Investigação/Estágio Clínico em Fisioterapia e Saúde Pélvica

Trabalho de Investigação (Estudo de Caso) no âmbito da Fisioterapia e Saúde Pública ou Estágio no âmbito da Fisioterapia e Saúde Pélvica em Unidades de Saúde.