



CURSO DE BANDAS NEUROMUSCULARES

Trata-se de uma técnica bastante eficaz para diagnóstico e tratamento de algumas disfunções do organismo. Pode ser definida como uma técnica da ativação muscular, cujo principal enfoque é a avaliação com recurso ao teste muscular e o diagnóstico diferencial.

Esta formação consiste na aquisição de conhecimentos necessários para aplicação de bandas neuromusculares e sua conjugação com as técnicas de massagem desportiva.

CARGA HORÁRIA

16 horas de Curso

DESTINATÁRIOS

Profissionais de massagem, auxiliares de fisioterapia e reabilitação, enfermeiros e profissionais da área desportiva.

OBJETIVOS

- Conhecer a origem e os conceitos atuais
- Conhecer os mecanismos de ação e efeitos fisiológicos da banda neuromuscular
- Reconhecer os princípios de aplicação
- Identificar as contraindicações
- Reconhecer as diferentes técnicas de aplicação da banda neuromuscular
- Conseguir executar as diferentes técnicas de aplicação das bandas em diferentes áreas do corpo e segundo as patologias

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Teoria

- Conhecer o desenvolvimento histórico do método: origem e antecedentes;
- Conhecer os conceitos atuais;
- Conhecer as ações da banda neuromuscular;
- Reconhecer mecanismos de ação da banda neuromuscular;
- Conhecer os princípios de aplicação;
- Conhecer as contraindicações;
- Conhecer as evidências científicas sobre as bandas neuromusculares;
- Saber preparar as diferentes áreas do corpo para aplicar a técnica apropriada.

Prática

- Aplicar a banda neuromuscular nas diferentes áreas do corpo segundo as técnicas:
 - 1) Técnica Muscular;
 - 2) Técnica para Ligamentos;
 - 3) Técnica para correção articular;
 - 4) Técnica para aumento de espaço;
 - 5) Técnica para cicatrizes;
 - 6) Técnica para Fibroses e hematomas;
 - 7) Introdução à técnica linfática e técnica segmentária;
- Aplicar em casos clínicos, mais comuns da área desportiva.



METODOLOGIA DE FORMAÇÃO

Caberá ao formador a seleção dos métodos e técnicas pedagógicas que considere mais eficazes para o desenvolvimento da formação e que estejam de acordo com as características do grupo de formação.

A abordagem será baseada no método expositivo durante as aulas teóricas, no método demonstrativo quando o formador estiver a exemplificar e/ou a orientar o formando, no método ativo durante as aulas práticas.

RECURSOS PEDAGÓGICOS

Em termos de recursos pedagógicos os participantes receberão digitalmente o manual do curso.

RECURSOS MATERIAIS

Para o desenvolvimento da formação serão utilizados os seguintes recursos:

- Os formandos devem apresentar-se às aulas com:
 - Acesso ao manual
 - Caderno ou bloco para escrever com caneta
 - Farda de cor escura ou branco. A mesma pode ser substituída por calças confortáveis (leggings ou fato de treino) escuras e t-shirt branca lisa sem decote.
 - Podem trazer ténis ou meias antiderrapantes
- Será necessário trazerem:
 - 1 tesoura
 - 2 Toalhões grandes com uma única cor
 - 1 Toalha média de rosto com uma única cor



VALOR

200€ de curso - Oferta de dois rolos de bandas por formando

Transferência bancária através do IBAN PT50 0007 0000 0040 5635 47423

MODO DE PAGAMENTO PRESTACIONAL

Número de Prestações	Valor da Prestação Mensal
2	125€

CONDIÇÕES DO PAGAMENTO PRESTACIONAL

- A primeira prestação é paga no momento da inscrição. A seguinte prestação tem de ser liquidada até à data de início do curso.
- Os valores são pagos através de Numerário, Transferência Bancária ou MB Way 969 284 188, sendo necessário o envio dos comprovativos de pagamento.
- O modo de pagamento prestacional só é válido para as inscrições realizadas até 15 dias úteis antes da data de início do Curso, para outros prazos contacte-nos.

CURSO INCLUI

- Pasta com Folhas Brancas
- Esferográfica
- Caderno de Apontamentos
- Garrafa de água
- Manual digital exclusivo do Curso de Bandas Neuromusculares
- Materiais diversos de atividades práticas
- Acesso a uma comunidade online privada de estudo e para acompanhamento pós-curso
- Certificado reconhecido pela DGERT emitido pela plataforma SIGO e registo no Passaporte Qualifica
- Diploma referente à participação no Curso de Bandas Neuromusculares, onde constará a informação sobre a carga horária e as principais linhas de conteúdos programáticos



Feel

Muito mais que uma escola de
formação, somos uma escola que
forma o seu sonho.

CONTACTOS

Feel - Formação Profissional Lda - Rua Teresa Jesus Pereira, loja 29A 2560-364 Torres
Vedras

261 338 392 | 969 284 188 | geral@feel-fp.com | www.feelfp.pt