



Escola Superior de Saúde Egas Moniz

PÓS-GRADUAÇÃO EM GESTÃO DO STRESS



INFORMAÇÕES

ESSEM – Escola Superior de Saúde Egas Moniz
Campus Universitário, Quinta da Granja
Monte de Caparica, 2829 - 511 Caparica
Telefone: 21 294 67 09 (Sr.ª D.ª Josephina)
E-mail secretariado: jbaroseiro@egasmoniz.edu.pt



PÓS-GRADUAÇÃO EM GESTÃO DO STRESS



OBJECTIVOS e RELEVÂNCIA PROFISSIONAL

Este ciclo de estudos destina-se a prover e aprofundar conhecimentos e estratégias em gestão do stress através de metodologias pedagógicas dinâmicas e em formato de seminários com forte componente prática.

- Tem como objectivo principal formar especialistas na área da gestão do Stress capazes de diagnosticar e intervir em situações diversificadas envolvendo Stress.
- O ensino apresenta um forte contributo de todas as áreas dominantes nas actuais linhas de investigação e intervenção no fenómeno do Stress.
- Para além de uma mais valia profissional esta Pós-Graduação constitui igualmente um enriquecimento pessoal na gestão do stress que enfrentamos enquanto indivíduos no dia a dia, especialmente para os que trabalham em situações de maior exposição ao stress
- Esta Pós-Graduação poderá ser particularmente relevante para licenciados em áreas da saúde (ex. médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, psicólogos, terapeutas da fala, terapeutas ocupacionais, cardiopneumologistas, entre outros), mas também se destina a professores, educadores de infância, assistentes sociais, polícias e de um modo geral a todas as pessoas que trabalhem diariamente em contextos que impliquem maior adaptação ao stress ou que estejam a dar apoio a pessoas que se encontrem a viver circunstâncias indutoras de stress (ex. pacientes, grupos sociais de risco, crianças e famílias com dificuldades especiais, idosos, entre outros)

FUNCIONAMENTO

Duração: 2 semestres de 15 semanas lectivas cada

Horário: Quintas e Sextas - Pós-Laboral (17h00-22h00)

Candidatura: de 25.09.09 a 31.10.09

Apresentação da Pós Graduação: dia 6.11.09 às 18h00

Início da Pós Graduação: dia 12.11.09

Crítérios de admissão: As candidaturas estão abertas para titulares do grau de Licenciatura ou equivalente legal.



1º SEMESTRE

UNIDADES CURRICULARES (30 ECTS)		CRÉDITOS
Modelos Explicativos do Stress	P	7
Patologias do Stress		6
Stress e Desenvolvimento ao Longo do Ciclo de Vida		5
Gestão do Stress e Nutrição		5
Intervenções e Estratégias Convencionais na Gestão e Alívio do Stress		7

2º SEMESTRE

UNIDADES CURRICULARES (30 ECTS)		CRÉDITOS
Gestão do Stress em Contexto Laboral		6
Perspectivas Multiculturais na Gestão do Stress		6
Gestão do Stress em Situações de Crise e Catástrofes		6
Intervenções e Estratégias Alternativas na Gestão e Alívio do Stress		7
Gestão do Stress e Expressão Criativa		5

CORPO DOCENTE

- Prof. Doutora Teresa Andrade (Psicóloga Clínica na área do Luto, Responsável pela Coordenação da Pós-Graduação em Gestão do Stress na ESSEM)
- Prof. Doutora Hortense Cotrim (Enfermeira, Coordenadora do Curso de Enfermagem da ESSEM, Mestre em Reiki)
- Prof. Doutor Jorge Fonseca (Médico, Responsável pelo Grupo de Patologia da ESSEM)
- Prof. Doutora Paula Pereira (Nutricionista , Docente no Curso de Mestrado em Nutrição Clínica do ISSEM)
- Prof. Doutora Maria Santos (Assistente Social especialista em Gestão de Grupos Sociais de risco)
- Mestre Ângela Pereira (Fisioterapeuta e Coordenadora do Curso de Fisioterapia da ESSEM, especialista em Reabilitação de Doentes Crónicos)
- Mestre Susana Monteiro (Psicóloga na área do Stress e do Bem Estar especialista na Gestão em Situações de Crise)
- Mestre Ema Alves (Psicóloga Clínica especialista em Desenvolvimento e Psicopatologia)
- Mestre Nathalie Antunes (Antropóloga, especialista em Arqueologia e Antropologia Forense)