

Curso de Formação de curta duração conducente a microcredencial da ESEL

Curso: Emoção e Saúde: Inter-relações e Implicações

Apresentação: As emoções têm uma profunda inter-relação com os processos de saúde-doença, através de respostas neurológicas e hormonais, mas todas as pessoas têm o potencial de atenuar a influência negativa destas no seu bem-estar e na sua vida. Os mecanismos neurofisiológicos e psicológicos que explicam esta inter-relação são já muito conhecidos, mas continuam a ser investigados com recurso a tecnologia cada vez mais avançada. Numa era fortemente tecnológica, é fundamental compreender a inter-relação entre emoção e saúde, e as suas repercussões na saúde física e mental das pessoas. Esta formação em modalidade E-Learning proporciona ferramentas essencialmente teóricas para uma compreensão mais aprofundada sobre a influência das emoções no bem-estar e saúde das pessoas, e orientações para a intervenção de enfermagem.

Quadro Europeu de Classificação: Nível 6 N° ECTS: 1 Vagas 30

Modalidade de Formação:

E-Learning síncrona

Destinatários: Enfermeiras/os

Equipa Pedagógica:

Coordenador: Professora Doutora Paula Diogo - <https://www.esel.pt/node/6666>

Objetivo geral do curso: Adquirir conhecimentos sobre a inter-relação entre emoções e saúde visando a compreensão da pessoa no processo de cuidar em enfermagem.

Conteúdos programáticos: Processos emocionais na saúde
Competência emocional como ferramenta promotora de saúde ao nível pessoal, social, da família e da comunidade.

Total de horas de trabalho: 25

Metodologia de ensino e avaliação: A metodologia foca-se essencialmente na exposição interativa de conteúdos, pesquisa orientada e análise documental, e partilha de conhecimentos com peritos.
Horas de Contacto: 10h
Horas de Trabalho Autónomo: 15h
Avaliação: trabalho individual, reflexão escrita fundamentada sobre a aplicação dos conteúdos abordados à intervenção de enfermagem (100%).

Local e horários: 31 outubro ,6 e 20 novembro de 2025; 2 sessões letivas das 16h às 19h e 1 sessões letivas das 16h às 20h; E-Learning síncrona

NOTA: O funcionamento do curso está condicionado à matrícula de um número mínimo de 15 estudantes admitidos.

Parcerias: N/a