

EDITAL

Escola Superior de Desporto e Lazer

Concurso de Acesso ao Curso Fisiologia da Adaptação à Altitude:

do Conhecimento Científico às Aplicações Práticas

Ano letivo 2025/2026

O curso Fisiologia da Adaptação à Altitude: do Conhecimento Científico às Aplicações Práticas, enquadrado na área do Desporto (CNAEF 813), é um curso teórico-prático destinado a profissionais e estudantes das Ciências do Desporto, Treinadores, Fisiologistas do Exercício, Atletas de Desportos de Montanha e outros interessados em aprofundar o conhecimento sobre treino em condições de hipóxia. O curso centra-se na exposição à hipóxia normobárica como ferramenta de treino, recuperação e aclimação, capacitando os formandos para compreender os princípios fisiológicos da adaptação à altitude, operar sistemas portáteis de hipóxia e interpretar as respostas fisiológicas associadas. Inclui treino prático com sistemas de simulação de altitude, bem como o uso de equipamentos de monitorização (oxímetros, cardiófrequencímetros, espirómetros e analisadores de gases), permitindo a aplicação crítica e fundamentada dos conhecimentos em contextos reais de treino, avaliação funcional e investigação científica.

1. Condições / Habilitações de Acesso

1.1. Podem candidatar-se a este curso:

- a) Titulares do grau de licenciado ou equivalente legal nas áreas das Ciências do Desporto, Exercício e Saúde, Treino Desportivo, Fisiologia do Exercício, Fisioterapia, Medicina Desportiva ou áreas afins.
- b) Titulares de um grau académico superior, estrangeiro, conferido na sequência de um 1.º ciclo de estudos organizado de acordo com os princípios do Processo de Bolonha por um estado aderente a este processo;
- c) Titulares de um grau académico superior, estrangeiro, que seja reconhecido como satisfazendo os objetivos do grau de licenciado pelo conselho técnico-científico do IPVC;
- d) Detentores de um currículo escolar, científico ou profissional que seja reconhecido como atestando capacidade para a realização do ciclo de estudos pela comissão de curso.

1.2. O reconhecimento a que se referem as alíneas c) e d) do número anterior tem como efeito apenas o acesso ao curso em questão e não confere aos seus titulares a equivalência ao grau de licenciado ou o reconhecimento desse grau.

2. Condições de Reingresso

As previstas na lei.

3. Calendário

Refª.	Ação	De	Até
1	Afixação do Edital – 1º momento	7.julho	
2	Apresentação das candidaturas – 1º momento, 1ª fase (online)	8.julho	11.setembro
3	Admissão, seriação dos candidatos e afixação, no portal do IPVC e nas escolas, dos resultados provisórios – 1º momento, 1ª fase	14.setembro	
4	Reclamações – 1º momento, 1ª fase (comunicação por email)	15.setembro	16.setembro
5	Decisão sobre as reclamações e afixação, no portal do IPVC e nas escolas, dos resultados definitivos – 1º momento, 1ª fase	17.setembro	
6	Matrículas e inscrições – <i>online</i> (1º momento, 1ª fase)	18.setembro	21.setembro
7	Início das aulas (previsão) – 1º momento	27.setembro	

4. Cursos/vagas para os quais são admitidas candidaturas

O número total de vagas é 25. A abertura do curso está condicionada a um número mínimo de matrículas efetivadas.

5. Informações relativas à instrução dos processos de candidatura

O processo de candidatura far-se-á exclusivamente por meios eletrónicos (online) através do portal do IPVC.

A candidatura é válida apenas para o curso em questão a desenvolver-se no ano letivo 2025/2026.

Não sendo preenchidas as vagas da 1.ª fase poderá ocorrer uma 2.ª ou 3.ª fase de candidatura.

5.1 O processo de candidatura realiza-se exclusivamente por meios eletrónicos (online) através da plataforma de candidaturas no endereço <http://candidaturas.ipvc.pt/>:

- Efetuar o auto-registo de credenciais da plataforma (recebe as credencias automaticamente pelo endereço validacao@ipvc.pt, deve adicionar o endereço aos remetentes autorizados se o receber no lixo eletrónico, spam, etc.)
- Ativar o registo seguindo as instruções do e-mail
- Selecionar o curso

- d) Selecionar o tipo de candidatura em que se enquadra
- e) Preencher os dados pedidos no formulário
- f) Tomar conhecimento do pré-requisito que é o valor da candidatura
- g) Anexar os ficheiros em pdf previamente guardados e terminar;
- h) Efetuar o pagamento devido.

Os meios de pagamento disponíveis são: (Refª de MB, MBWay e Visa/Master Card).

5.1. Para efeitos da alínea b) do número anterior o requerimento de candidatura deverá ser, obrigatoriamente, acompanhado dos seguintes documentos:

- a) Fotocópia do Bilhete de Identidade / Cartão do Cidadão;

Notas:

- Os documentos comprovativos do grau académico estrangeiro devem ser devidamente autenticados pelo agente consular português no país de origem do diploma e/ou legalizados pela Apostila de Haia;
- Todas as candidaturas que não sejam submetidas diretamente pelo próprio candidato terão de ser acompanhadas por procuração devidamente autenticada pelos serviços oficiais.

6. Indeferimento de candidaturas

Serão liminarmente indeferidas as candidaturas que se encontrem em qualquer uma das seguintes condições, sem direito a devolução dos emolumentos pagos e documentos entregues:

- a) Não tenham sido instruídas com a documentação obrigatória;
- b) Não cumpram o pagamento das taxas devidas;
- c) Não cumpram todas as regras ou prazos estabelecidos no Edital.

7. Admissão, Seleção e Seriação

Os candidatos serão selecionados e seriados de acordo com a ordem de inscrição e cumprimento dos requisitos expressos no ponto 5 - **Informações relativas à instrução dos processos de candidatura.**

Ao candidatarem-se a esta Ação de Curta Duração, os candidatos assumem que possuem conhecimentos básicos em Fisiologia.

Os resultados do processo de seriação são tornados públicos através de edital onde consta a lista ordenada dos candidatos admitidos e não admitidos à matrícula e inscrição, e publicitado no site da Escola.

8. Reclamação / Recurso

- a) Do resultado da candidatura os candidatos podem apresentar reclamação, devidamente fundamentada, dirigida ao Diretor da Escola no prazo fixado neste edital;
- b) São liminarmente indeferidas as reclamações não fundamentadas, bem como as entregues fora de prazo;
- c) Quando, na sequência do provimento de uma reclamação, um candidato não colocado venha a ficar situado na lista dos candidatos em posição de colocado tem direito à colocação, mesmo que para tal seja necessário criar vaga adicional;
- d) A retificação da colocação abrange apenas o candidato cuja reclamação foi provida, não tendo qualquer efeito sobre os restantes candidatos, colocados ou não.

9. Exclusão de candidatos

São excluídos os candidatos que:

- a) Prestarem falsas declarações;
- b) Não satisfaçam quaisquer das condições de acesso fixadas;
- c) São considerados nulos todos os atos decorrentes de falsas declarações, incluindo a própria matrícula e inscrição.

10. Matrícula e inscrição, emolumentos e propinas

O valor da Ação de Curta Duração é de 125,00€ (cento e vinte e cinco euros)

O valor inclui matrícula, inscrição, propina, seguro escolar e certificado final.

- 1) O pagamento (não reembolsável), é efetuado através de Numerário, Cartão de Débito ou Cartão de Crédito (VISA / Mastercard), MB Way. A candidatura apenas adquirirá validade e eficácia após o pagamento. Serão indeferidas liminarmente as candidaturas cuja taxa não tenha sido paga no decorrer da candidatura;
- 2) Para os atuais e antigos alunos de CTESP, Pós-graduação, Licenciaturas e Mestrado do IPVC, bem como funcionários que o curso seja relevante para o desempenho das suas funções, o valor desta Ação de Curta Duração é de 37,50€ (trinta e sete euros e cinquenta cêntimos);
- 3) Bolsa - A conclusão com sucesso do curso dará direito à atribuição de uma bolsa no valor de 65,00€ (sessenta e cinco euros), bolsa esta que será financiada pelo Projeto PRR;
- 4) Os atuais e antigos estudantes do IPVC, bem como funcionários que o curso seja relevante para o desempenho das suas funções, não são elegíveis para efeitos de atribuição de bolsa.
- 5) Após a conclusão bem-sucedida da Ação de Curta Duração, a(o) estudante deverá aguardar um email com as instruções para solicitar o certificado de conclusão.

11. Informações

Este curso visa capacitar profissionais e estudantes das Ciências do Desporto e áreas afins para a compreensão e aplicação prática da hipóxia normobárica, uma ferramenta inovadora, que pode ser utilizada no contexto do treino desportivo, recuperação e aclimação em contexto desportivo e de saúde. Através de uma metodologia de ensino ativa, os participantes desenvolverão competências para operar sistemas portáteis de simulação de altitude, monitorizar variáveis fisiológicas relevantes (ex. SpO₂, ventilação, frequência cardíaca) e interpretar os efeitos fisiológicos da exposição a ambientes de baixa oxigenação. A conclusão do curso habilita os formandos a integrar de forma crítica e fundamentada a hipóxia em programas de treino, avaliação funcional, investigação científica e preparação para ambientes de altitude.

- a) Contactos: Complexo Desportivo e Lazer Comendador Rui Solheiro, Monte de Prado, 4960-320 Melgaço | Tel. +351 258 809 678 | 937300029 | E-mail: geral@esdl.ipvc.pt
- b) Condições de funcionamento – número mínimo de estudantes 11
- c) Local: Complexo Desportivo e Lazer Comendador Rui Solheiro Monte de Prado, 4960-320 Melgaço
- d) Estrutura Curricular:

AULAS TEÓRICAS (6 horas)

- T1. Conceitos fundamentais de hipóxia: definição, tipos e mecanismos de simulação;
- T2. Diferenças entre hipóxia normobárica e hipobárica;
- T3. Respostas fisiológicas à exposição hipóxica: adaptações respiratórias, cardiovasculares e hematológicas;
- T4. Adaptações agudas e crónicas à altitude e ao treino em hipoxia;
- T5. Aplicações do treino em hipóxia no rendimento desportivo e na saúde;
- T6. Estratégias de aclimação e preparação para ambientes de altitude.

AULAS PRÁTICAS (10 horas)

- P1. Protocolos de exposição simulada: planeamento, segurança e limitações;
- P2. Avaliação e monitorização fisiológica: uso de oxímetros, cardiofrequencímetros e analisadores de gases;
- P3. Sessões práticas com sistema portátil de hipóxia normobárica;
- P4. Integração dos conhecimentos em contextos de treino e preparação para altitude.
- e) Funcionamento: O curso decorrerá nas instalações da Escola Superior de Desporto e Lazer do Instituto Politécnico de Viana do Castelo, entre o dia 27 e 28 de setembro das 9:30 às 13:30 – 14:30 às 18:30.
- f) Destinatários e Saídas Profissionais: Este curso destina-se a profissionais e estudantes das áreas das Ciências do Desporto, Exercício e Saúde, Treino Desportivo, Fisiologia do Exercício, Fisioterapia, Medicina Desportiva ou áreas afins. A formação permite desenvolver competências aplicadas à utilização da hipóxia, com relevância para



Instituto Politécnico
de Viana do Castelo



Instituto Politécnico de Viana do Castelo
Escola Superior
de Desporto e Lazer

contextos de treino em altitude, otimização do rendimento desportivo, recuperação funcional, investigação científica e avaliação em contexto desportivo ou clínico.

IPVC, Escola Superior de Desporto e Lazer, 7 de julho de 2025

O Diretor

(Prof. Doutor Pedro Bezerra)

