

POWERED BY:

esfo
EUROPEAN SCHOOL OF
LIFESTYLE ONCOLOGY

AIM
CANCER CENTER

Curso de Exercício Físico em Oncologia

4 meses | +22 horas | Online | Aulas gravadas |
Mentorias ao vivo | Certificado pela European
School of Lifestyle Oncology

12 de setembro 2026

MÓDULOS

MÓDULO 1

Fundamentos de Oncologia

- Carcinogénese e progressão tumoral. Jornada do doente oncológico: diagnóstico, estadiamento, tratamento, prognóstico, vigilância/survivorship;
- Situações particulares;
- Efeitos do tumor e dos tratamentos (tratamento sistémico, radioterapia, cirurgia)

- Triagem de segurança, contraindicações absolutas e relativas, red flags e estratificação do risco
- Avaliação de aptidão física e funcional

MÓDULO 2

Evidência científica: Exercício Físico na Jornada do Doente Oncológico

- Exercício e resposta imune, inflamação, metabolismo e microambiente tumoral
- Evidência científica dos benefícios do exercício físico
- Recomendações e modelos de implementação

MÓDULO 5

Prescrição de exercício

- Princípios da prescrição de exercício

MÓDULO 3

Aplicação prática: Exercício na Jornada do Doente Oncológico

- Caso clínico de cancro da mama, cancro colorretal e próstata

MÓDULO 6

Casos Clínicos e Plano Individualizado de Treino

- Estudos de casos clínicos teóricos (estádios precoce e avançado; checklist de segurança, avaliações físicas e construção de plano individualizado): Cancro da mama, cancro colorretal, cancro da próstata, cancro da cabeça e pescoço

MÓDULO 4

Avaliação Clínica e Funcional do Doente Oncológico

- História clínica, valorização de antecedentes pessoais (ex: patologia músculo-esquelética), parâmetros laboratoriais e exames de imagem

FORMADORES



INÊS LEÃO
Médica Oncologista

Médica oncologista na Unidade Local de Saúde de Santa Maria, com dedicação clínica ao Cancro da Cabeça e Pescoço, Cancro da Mama e Cuidados de Suporte em Oncologia. É autora de diversos trabalhos apresentados em reuniões científicas e publicados em revistas científicas. Integra várias sociedades médicas, incluindo a direção do Grupo de Estudos de Cancro da Cabeça e Pescoço (GECGP) e da Associação de Investigação em Cuidados de Suporte em Oncologia (AICSO), fazendo parte da equipa ONCOMOVE, é igualmente membro ativo e do EORTC Head and Neck Young Investigators Group.



JOANA MARINHO
Médica Oncologista

Médica especialista em Oncologia Médica no Centro Hospitalar Vila Nova de Gaia/Espinho e doutorada em Bioquímica e Biologia Molecular pela Universidade de Coimbra. Pós graduada em doença tromboembólica venosa e cancro. Tem particular interesse em cuidados de suporte e no doente idoso com cancro. É vice-presidente da AICSO (Associação de Investigação de Cuidados de Suporte em Oncologia), e membro da MASCC desde 2020 onde integra o grupo de estudo Geriatrics Study Group.

Membro do Grupo de Trabalho em Oncologia Geriátrica da Sociedade Portuguesa de Oncologia e membro da SIOG (International Society of Geriatric Oncology), onde integra o Young SIOG Interest Group desde 2019.



LEONOR MATOS
Médica Oncologista

Médica Especialista em Oncologia Médica na Unidade de Mama da Fundação Champalimaud. Mestrado integrado em Medicina e Mestrado em Cuidados Paliativos.

Envolvida em múltiplos ensaios clínicos e investigadora de estudos académicos em Cancro de Mama, com enfoque nas áreas de qualidade de vida, sobrevivência e exercício físico.



ANDREIA CAPELA
Médica, Oncologia Médica

Formada em Medicina em 2008 pela Universidade Nova de Lisboa; Em 2017 integrou a equipa de Oncologia Médica do Centro Hospitalar Vila Nova de Gaia-Espinho; Em 2019 concluiu o Mestrado em Cuidados Paliativos pela Universidade de Lisboa; Atualmente dedica-se ao tratamento de tumores do sistema nervoso central, tumores da próstata, tumores esófago-gástricos e tumores colo-rectais. Participa no Grupo de Qualidade de Vida da EORTC e é membro dos Grupos de Estudo da MASCC Neurological Complications, Rehabilitation/Survivorship/Quality of life e Fatigue. Desde 2020 é presidente da Direção da AICSO, e teve um papel preponderante em tornar a AICSO afiliada portuguesa da MASCC, elevando assim a atenção para os cuidados de suporte em Oncologia em Portugal.



HELENA GUEDES
Médica Oncologista

Membro da MASCC, onde integra o grupo de estudos de survivorship, mucosite, Lifestyle and Integrative Medicine do qual faz parte o grupo de Exercício em Oncologia. Membro da EORTC, onde integra o grupo de jovens investigadores na área de cancro da mama e tumores ginecológicos. Membro da AICSO (Associação de Investigação de Cuidados de Suporte em Oncologia) SPO e ESMO.



ELSA MADUREIRA
Nutricionista

Doutorada e Mestre em Nutrição Clínica pela Universidade do Porto. Nutricionista do Serviço de Nutrição do CHUSJ, responsável pelo apoio à consulta externa e interna de Oncologia, Cuidados Paliativos, Otorrino, Pneumo-Oncologia e membro de grupos multidisciplinares de decisão terapêutica.

Nutricionista em consultório e clínicas. Integra as equipas de vários projetos e estudos nacionais e internacionais. Autora e co-autora de vários trabalhos publicados. Revisora de revistas da área da Nutrição. Membro de várias sociedades e associações científicas. Docente por convite de cursos de pré e pós graduação.

FORMADORES



ANA FORTUNA
Médica, Oncologia Médica

Médica Especialista em Oncologia Médica e Doutoranda em Cuidados Paliativos pela Faculdade de Medicina da Universidade do Porto. Assistente Hospitalar na ULS Santa Maria, com atividade clínica nas áreas dos tumores digestivos, hepatobiliopancreáticos, urológicos e cutâneos, bem como em cuidados paliativos. Docente da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa.

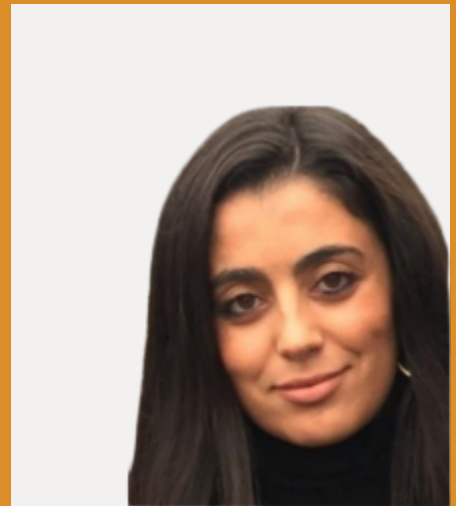
Investigadora em estudos clínicos nacionais e internacionais e autora de diversas publicações científicas na área da oncologia. Participa regularmente em congressos e reuniões científicas internacionais. Membro de sociedades científicas como a ESMO, ASCO e EORTC.



CATARINA GARCIA
Investigadora

Doutoranda em Ciências do Desporto pela Universidade da Maia e mestre em Exercício e Saúde pela Universidade de Lisboa. Investigadora na área do exercício físico em oncologia e professora convidada no ensino superior na área da prescrição de exercício para a saúde.

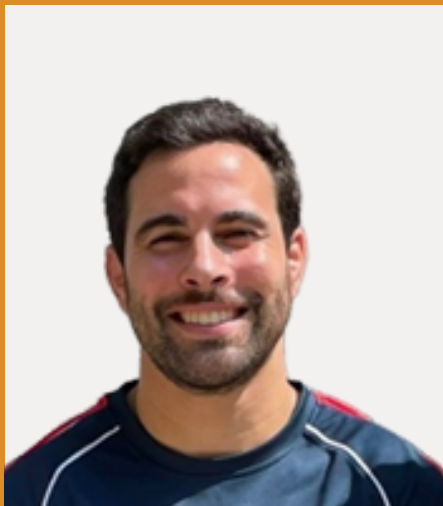
Autora e coautora de diversas publicações científicas internacionais e investigadora em projetos nacionais e europeus na área do exercício físico em oncologia. Oradora convidada em eventos científicos e distinguida com prémios pelo seu trabalho em pré-habilitação e exercício em oncologia.



ELOÍSA FERNANDES
Psicóloga Clínica

Psicóloga Clínica e da Saúde, com atividade dedicada à Psico-Oncologia na Liga Portuguesa Contra o Cancro - Núcleo Regional do Norte desde 2013. Desenvolve acompanhamento psicológico a pessoas com diagnóstico de cancro, familiares e profissionais de saúde. Exerce igualmente atividade clínica em contexto privado.

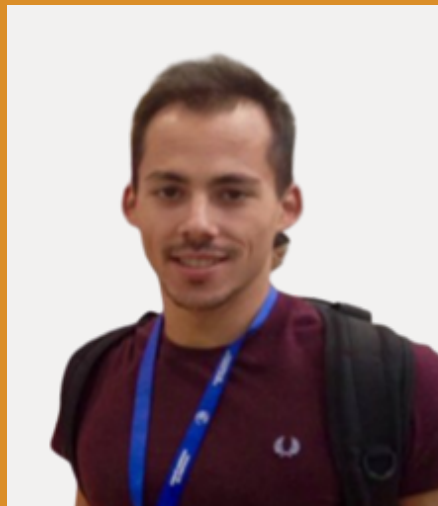
Especialista em Psicologia Clínica e da Saúde, com formação avançada em Psicologia Oncológica e Oncologia. Participa em projetos de investigação nacionais e internacionais, integra comissões científicas e é oradora regular em congressos e ações de formação na área da Psico-Oncologia. Membro de associações científicas dedicadas aos cuidados de suporte em oncologia.



NUNO DIAS
Fisiologista do Exercício e Investigador

Fisiologista do Exercício e doutorando em Exercício e Saúde na Universidade da Maia. Desenvolve investigação na área do exercício físico em oncologia, com foco no impacto do exercício durante os tratamentos oncológicos. Possui experiência em reabilitação cardíaca, exercício clínico e ensino universitário.

Investigador e autor de publicações científicas internacionais nas áreas da oncologia, saúde cardiovascular e exercício físico. Participa em projetos que exploram os efeitos do exercício na aptidão física, qualidade de vida, resposta imunológica e eficácia terapêutica. Docente convidado da Universidade da Maia em cursos de Ciências do Desporto e Exercício e Saúde.



PEDRO ANTUNES
Fisiologista do Exercício

-Doutorando em Ciências do Desporto pela Universidade da Beira Interior e mestre em Exercício e Saúde. Fisiologista do Exercício com atividade dedicada à oncologia, integrando projetos de investigação e programas de exercício físico para pessoas com diagnóstico de cancro. Docente convidado na Universidade da Maia nas áreas da fisiologia e metodologia do exercício.

Investigador em ensaios clínicos nacionais e internacionais na área do exercício físico em oncologia. Autor e coautor de diversas publicações científicas indexadas e orador convidado em congressos e eventos científicos. Tem contribuído para o desenvolvimento da evidência sobre o papel do exercício físico na qualidade de vida, capacidade funcional e cuidados de suporte em oncologia.



ALBERTO ALVES
Professor e Investigador, Exercício físico

Doutorado em Atividade Física e Saúde pela Universidade do Porto e Professor Associado na Universidade da Maia. Investigador integrado do CIDESD, desenvolve atividade científica nas áreas do exercício físico, saúde cardiovascular e oncologia. Coordena e participa em projetos nacionais e internacionais de investigação financiados.

Autor e coautor de numerosas publicações científicas internacionais nas áreas da oncologia, reabilitação cardiovascular e exercício físico. Membro de várias sociedades científicas nacionais e internacionais e investigador principal de projetos inovadores em exercício e saúde.

FORMADORES



ANA JOÃO COSTA Médica, Medicina Física e de Reabilitação

Médica Especialista em Medicina Física e de Reabilitação, atualmente Assistente Hospitalar no Centro de Reabilitação do Norte. Desenvolve atividade clínica nas áreas da reabilitação neurológica, cardiovascular, respiratória, pélvica e oncológica. Participa igualmente em programas de cardi-oncologia e exercício físico para pessoas com cancro.

Autora e coautora de diversas publicações científicas e comunicações em congressos nacionais e internacionais. Colabora em projetos de investigação nas áreas da reabilitação, cardi-oncologia e sobrevivência ao cancro. Docente e formadora em iniciativas académicas e profissionais na área da Medicina Física e de Reabilitação.

FILIPE COUTINHO Médico, Oncologia Médica

Médico Especialista em Oncologia Médica na Unidade Local de Saúde do Médio Ave. Desenvolve atividade clínica nas áreas da oncologia gastrointestinal, cancro da mama e cuidados paliativos. Possui formação pós-graduada em Cuidados Paliativos e Geriatria Clínica.

Docente convidado da Universidade da Beira Interior e fundador do Grupo de Trabalho de Oncogeriatria da Sociedade Portuguesa de Oncologia. Representante nacional de Portugal na International Society of Geriatric Oncology (SIOG). Membro de conselhos editoriais de revistas científicas internacionais e promotor de iniciativas de formação em oncologia.

DIOGO PINTO Investigador

Doutorando em Ciências do Desporto na Universidade da Maia e mestre em Exercício Físico e Saúde. Docente universitário nas áreas da fisiologia humana, anatomia e metodologia do exercício físico. Integra equipas de investigação dedicadas ao exercício físico, saúde cardiovascular e oncologia.

Investigador em projetos nacionais e internacionais financiados, incluindo o estudo europeu PREFERABLE II. Autor e coautor de publicações científicas na área do exercício físico, envelhecimento, hipertensão e oncologia. Desenvolve atividade científica e académica focada na promoção da saúde e na prescrição de exercício baseada na evidência.

CONSIDERAÇÕES GERAIS

A maioria das aulas do curso são assíncronas e disponibilizadas na plataforma do aluno, havendo um dia de aulas presencial (8h) de caráter obrigatório para posterior obtenção de certificado.

Além das aulas prevista no cronograma do curso terão acesso às Masterclasses da ESLO de acesso livre a todos os formandos. Estas sessões ocorrem em horário pós laboral e são um complemento à aprendizagem onde são abordados temas inovadores em oncologia.

PERGUNTAS FREQUENTES

1. Preciso de assistir às aulas exatamente como está no cronograma do curso?

Não, as aulas são gravadas e pode assisti-las conforme a sua disponibilidade. No entanto, é obrigatório assistir a 2 dos 4 casos clínicos do módulo 6 (1h por caso).

2. E se eu não puder assistir aos dias em direto?

As aulas são gravadas e pode assistir quando quiser.

3. Por quanto tempo terei acesso ao curso?

As gravações e conteúdos ficam disponíveis durante 4 meses (3 meses do curso + o mês após o término do curso).

4. Qual é o método de avaliação?

Um único teste, de escolha múltipla, com estudo de caso (2h) a realizar no final do curso.

5. As aulas são online ou presenciais?

O curso de Exercício em Oncologia decorre em formato e-learning, apenas com aulas online assíncronas e síncronas.

6. O curso destina-se a quem?

Profissionais de saúde não médicos e profissionais do exercício físico.

7. Posso usar o Cheque-Formação do IEFP para este curso?

Sim! O Cheque-Formação do IEFP comparticipa até 90% do custo da formação, com um máximo de 175€ por pessoa, para cursos até 50 horas.

**CONTACTE-NOS PARA RECEBER
TODAS AS INFORMAÇÕES:**

 **928520300**

 **WWW.AIM.CLINIC**

POWERED BY:

eslo
EUROPEAN SCHOOL OF
LIFESTYLE ONCOLOGY

AIM
CANCER CENTER