

ATLETAS SAUDÁVEIS, MENTES SAUDÁVEIS

Transtornos Alimentares: Anorexia Nervosa e Bulimia Nervosa

3, 7 e 10 de abril 2025 | 20h00-22h00 | 6 horas

Formação *e-learning*

ANA PINTO MELO

CREDITAÇÃO

TREINADORES DESPORTIVOS | TÉCNICOS DE EXERCÍCIO FÍSICO | DIRETORES TÉCNICOS

Mais informações e inscrições em:

www.formacaodesportiva.pt

APRESENTAÇÃO

A procura pela perfeição física é constante no mundo do desporto. Mas o que acontece quando essa procura se torna obsessiva? Neste curso, irá conhecer os perigos dos transtornos alimentares anorexia nervosa e bulimia nervosa e a forma silenciosa como podem afetar o desempenho e a saúde dos seus atletas. Aprenda a identificar os sinais de alerta, a construir um ambiente desportivo saudável, promovendo o bem-estar físico e emocional dos seus atletas para ajudá-los a encontrar equilíbrio entre o corpo e a mente e a encaminhá-los para tratamento adequado quando necessário.

ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em regime *e-learning*, através da plataforma Zoom. **Os participantes terão de ter a câmara ligada durante todas as sessões**, estando garantidas todas as condições técnicas para a realização da formação através da utilização de uma licença profissional

Data	Horário	Temática
03/04	20h – 22h	Módulo 1 Transtornos Alimentares: Anorexia Nervosa <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conceito e tipologia ▪ Etiologia ▪ Fisiopatologia ▪ Identificar sinais de alerta e conhecer os sintomas ▪ Diagnóstico ▪ Prognóstico ▪ Tratamento
07/04	20h – 22h	Módulo 2 Transtornos Alimentares: Bulimia Nervosa <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conceito e tipologia ▪ Fisiopatologia ▪ Identificar sinais de alerta e conhecer os sintomas ▪ Diagnóstico ▪ Prognóstico ▪ Tratamento
10/04	20h – 22h	Módulo 3 Estratégias para Treinadores lidarem com Transtornos Alimentares <ul style="list-style-type: none"> ▪ Abordar o atleta com Anorexia Nervosa ▪ Impacto da Anorexia Nervosa no desempenho Desportivo ▪ Abordar o atleta com suspeita de Bulimia Nervosa ▪ Impacto da Bulimia Nervosa no desempenho Desportivo ▪ Promover uma cultura de bem-estar ▪ Incentivo à procura de ajuda para tratamento

LOCAL E HORÁRIO

Realizada em *e-learning*

3, 7 e 10 de abril de 2025 - 20h-22h (6 horas)

FORMADORA

Ana Pinto Melo

Licenciada em Psicologia, pela Universidade Lusófona, com especialização na área do Desporto e das Atividades Físicas.

Pós-graduada em Apoio Psicológico e Psicoterapia.

Formadora e Consultora na área Comportamental.

Com mais de 15 anos de experiência, como Psicóloga, Consultora e Formadora em diversos contextos e públicos-alvo.

Concebe e implementa Programas de Formação à medida para empresas públicas e privadas, no âmbito do desenvolvimento do seu capital mais precioso: as Pessoas.

Comprometida em entregar formações únicas e criativas.

Desenvolve Programas de Mentoria para treino individual de competências pessoais e profissionais.

Abraçou a Docência no ISEC Lisboa.

É especialista e investigadora nas áreas de Formação de Formadores e Comportamento Humano.

DESTINATÁRIOS

- Treinadores desportivos
- Técnicos de Exercício Físico
- Diretores Técnicos
- Todos os interessados pela temática

VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único	60€
-------------	-----

CONTACTOS

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

geral@formacaodesportiva.pt

Esta formação é organizada pela BRS – Formação Desportiva, Unipessoal Limitada, Entidade Formadora Certificada pela DGERT.

