

29 MAR. 2025 — 05 ABR. 2025

FORMAÇÃO AVANÇADA
**AVALIAÇÃO DO SISTEMA
MÚSCULOESQUELÉTICO**
1.^a EDIÇÃO



**ADVANCED
EDUCATION
FOR THE
FUTURE**

SINCE 1977

PORQUÊ FORMAÇÃO EM ENSINO CLÍNICO PARA AVALIAÇÃO DO SISTEMA MÚSCULOESQUELÉTICO?

As queixas músculoesqueléticas são uma razão frequente para consulta nos cuidados de saúde primários, sendo as doenças degenerativas músculoesqueléticas algumas das mais prevalentes entre as doenças crónicas. No entanto, muitos médicos enfrentam dificuldades na sua avaliação devido à complexidade do exame clínico e ao tempo limitado disponível nas consultas.

Este curso foi desenvolvido para simplificar e integrar o exame clínico músculoesquelético na prática diária, ajudando os médicos a realizarem avaliações mais eficientes e baseadas na evidência. A formação foca-se na prática de testes específicos para ombro, coluna, anca e joelho, com o objetivo de otimizar o tempo de consulta e melhorar o diagnóstico e o tratamento.

Serão também apresentadas estratégias de tratamento não farmacológico que facilitam a reabilitação e a qualidade de vida dos pacientes.

1.ª EDIÇÃO

2 ECTS

Data limite de inscrição: **09 de mar. 2025**

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

1. Sistematizar o exame objetivo músculo-esquelético do ombro, coluna lombar, anca e joelho.
2. Executar a avaliação músculo-esquelética destas três localizações anatómicas em menos de 5 minutos
3. Identificar em que situações é necessário ou desnecessário pedir exames complementares de diagnóstico após anamnese e exame objetivo
4. Identificar e explicar os principais tratamentos que os doentes podem fazer em casa, para cada local anatómico, para gerir melhor a dor e a mobilidade dos doentes

DESTINATÁRIOS DO CURSO

Médicos especialistas e internos de Medicina Geral e Familiar
Médicos internos de formação geral
Médicos de outras especialidades médicas

METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO

- A avaliação da componente teórica do curso será efetuada através de um teste de escolha múltipla online
- A avaliação da componente prática do curso será efetuada através de OSCE (Objective Structured Clinical Examination) com 4 estações correspondentes aos locais anatómicos lecionados

COORDENAÇÃO E CORPO DOCENTE



Mariana Lemos



Marta Onofre



Bruno Heleno

PROGRAMA

MISTO

19,5H

PRESENCIAL E WEBINAR

MÓDULOS 1, 2 E 3

29 MAR 2025 | 09H30 - 16H30

Introdução à semiologia músculoesquelético

- O que é a dor e como a sentimos?
- Avaliação semiológica músculoesquelética e anatomia funcional
- Trigger-point / banda tensa muscular
- Dor muscular referida e diferenças entre dor muscular e radiculopatia
- Sintomas motores: diminuição da força muscular e da amplitude de movimento

Exame músculoesquelético | Ombro

- Anatomia simplificada
 - Eminências ósseas, grupos musculares associados aos movimentos e patologias associadas a cada músculo
 - Arco do movimento e a sua utilidade clínica
- Exame objetivo do ombro dirigido à patologia subjacente incluindo:
 - Inspeção - aparência geral, postura, simetrias / assimetrias
 - Palpação - estruturas ósseas, articulações, estruturas periarticulares (tendões e músculos)
- Testes especiais do ombro e execução
 - Testes de Impingement: Neer / Hawkins-Kennedy / teste do cachecol / O'Brians (SLAP lesions)
 - Testes específicos para a coifa dos rotadores: Drop-Arm, Jobe, Lift-off, Belly Press test, rotação externa
 - Teste de Spurling (radiculopatia cervical), Teste de Adson (síndrome do desfiladeiro torácico)
- Reflexos osteotendinosos do membro superior e sua correspondência anatómica
- Patologias frequentes do ombro e sua correlação com o exame objetivo



PROGRAMA

MISTO

19,5H

PRESENCIAL E WEBINAR

Exame músculoesquelético | Coluna Lombar

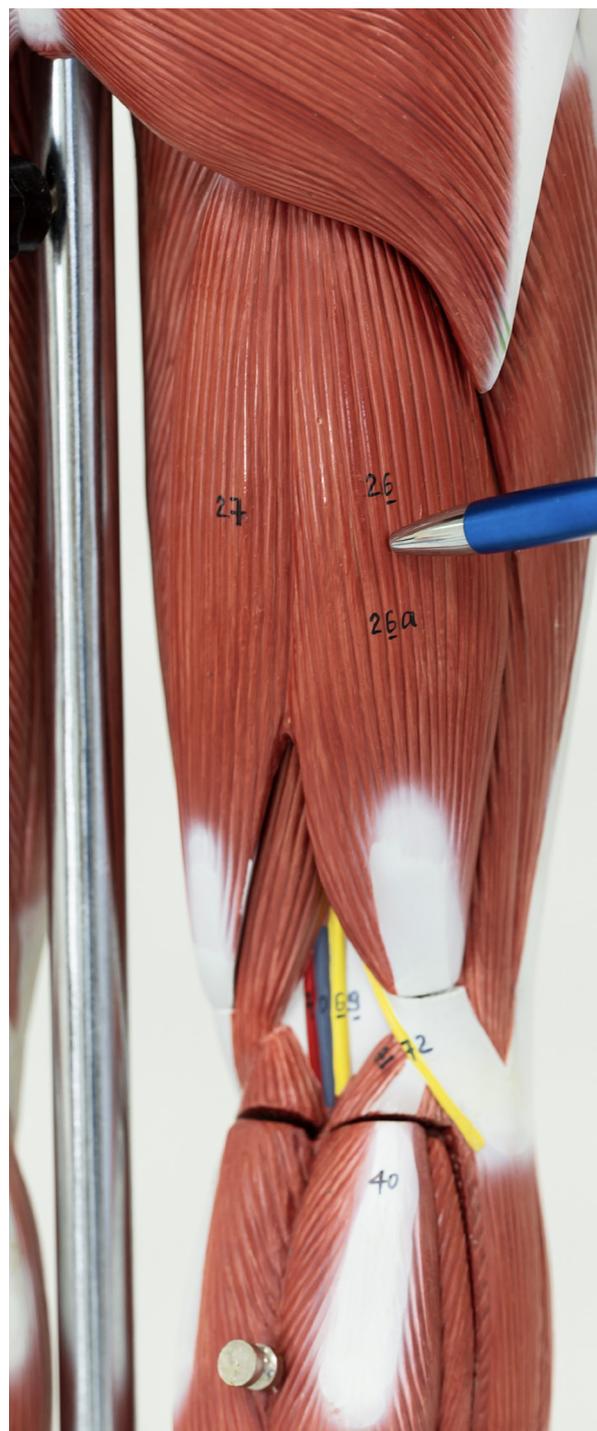
- Anatomia simplificada
 - Referências anatómicas dos segmentos modulares e como identificar o nível de uma vértebra
- Exame objetivo da coluna lombar dirigido à patologia subjacente incluindo:
 - Inspeção - postura, marcha, simetrias e assimetrias
 - Palpação - estruturas ósseas, articulações, estruturas periarticulares (tendões e músculos) e pontos dolorosos
- Testes especiais e execução
 - Lasègue / Straight Raised Leg Test / Slump test
 - Lasègue contra-lateral
 - Lasègue invertido / Femoral Stretch test
 - Teste de FABER
- Reflexos osteotendinosos e força segmentar do membro inferior e sua correspondência com os segmentos medulares
- Patologias frequentes, diferenças clínicas e no exame objetivo

MÓDULOS 4 E 5

04 ABR 2025 | 17H00 - 21H00

Exame músculoesquelético | Anca

- Anatomia simplificada
- Exame objetivo da anca dirigida à patologia subjacente incluindo:
 - Inspeção - postura, marcha, simetrias e assimetrias
 - Palpação - estruturas ósseas, articulações, estruturas periarticulares (tendões e músculos) e pontos dolorosos
 - Amplitude de movimentos
- Testes especiais e execução
 - Teste FABER
 - Teste FADIR
 - Teste de Trendelenburg
- Patologias frequentes, diferenças clínicas e no exame objetivo



PROGRAMA

MISTO

19,5H

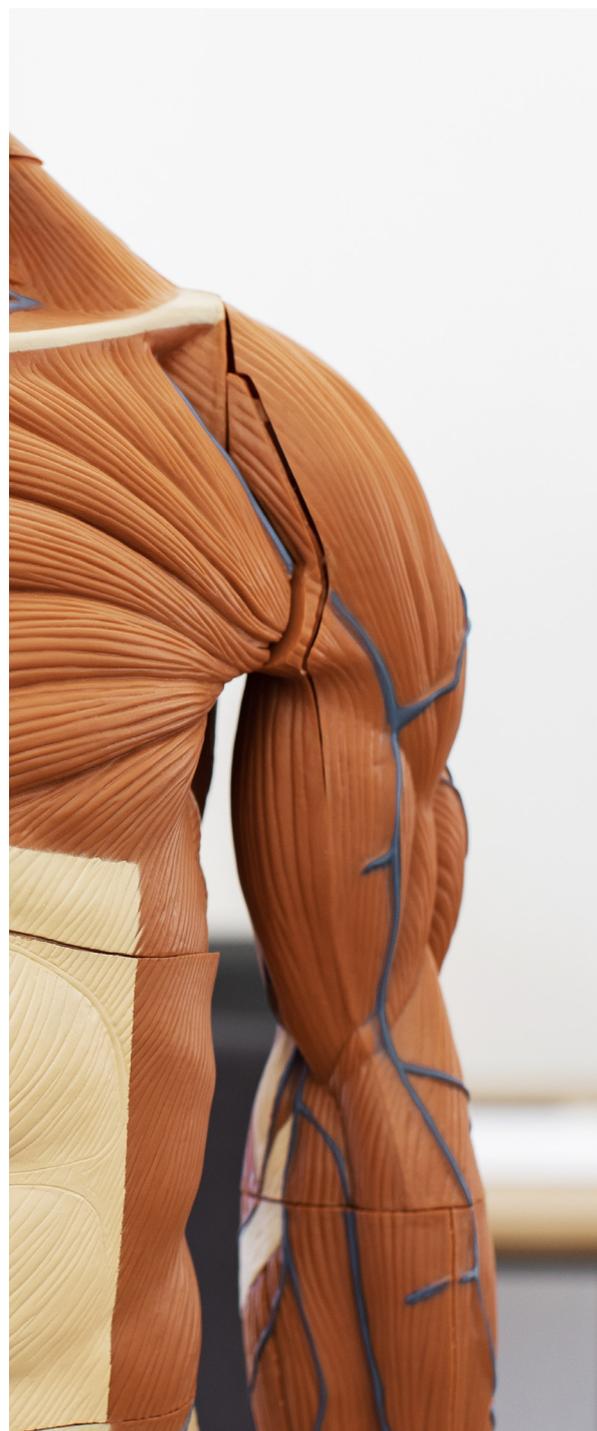
PRESENCIAL E WEBINAR

Exame músculoesquelético | Joelho

- Anatomia simplificada:
 - Eminências ósseas, grupos musculares associados aos movimentos e patologias associadas a cada músculo
- Exame objetivo do joelho dirigida à patologia subjacente incluindo:
 - Inspeção – postura, marcha, alinhamento (genu varus, genu valgus), alterações cutâneas
 - Palpação – estruturas ósseas, articulações, estruturas periarticulares (tendões e músculos) e procura de derrame articular (choque da rótula) e lesões da fossa poplíteia (quisto de Baker)
 - Amplitude de movimentos
 - Testes especiais e execução
 - Teste de Lachman (LCA)
 - Teste da Gaveta Anterior (LCA)
 - Teste da Gaveta Posterior (LCP)
 - Teste de McMurray (meniscos)
 - Teste de Apley (meniscos)
 - Teste de stress em Varus
 - Test de stress em Valgus
 - Teste de Thessaly
- Patologias frequentes, diferenças clínicas e no exame objetivo.

AVALIAÇÃO

05 ABR 2025 | 09H00 - 13H00



REQUISITOS CANDIDATURA

Médicos Internos de Medicina Geral e Familiar
Médicos Especialistas de Medicina Geral e Familiar
Médicos de outras especialidades médicas que necessitem de uma avaliação rápida músculo-esquelética em consulta ou contexto de medicina de urgência

DOCUMENTOS DE CANDIDATURA

CV
Certificado de habilitações

NUMERUS CLAUSUS

20

CRITÉRIOS DE ADMISSÃO

Ordem de inscrição

ASSIDUIDADE

Obrigatória a assistência mínima de 80% das sessões

LÍNGUA DE ENSINO

Português
Inglês (alguns materiais online)

PROPINA

Taxa de candidatura **51€**
Propina **460€** (inclui matrícula e seguro escolar)

PROGRAM MANAGER



FILIPA TOSCANO

INFORMAÇÕES ADICIONAIS

Para mais informações, entre em contacto com a Program Manager

T: (+351) 910 959 816

formacaoavancada@nms.unl.pt

R. Luanda 166, 2775-233 Parede – Portugal

www.nms.unl.pt