



Universidade de Évora

Edital

Abertura de Curso de formação em Treino Metacognitivo na pessoa mais velha com Sintomas Depressivos (MCT-Silver)

Ano Letivo 2025/2026

1. O Curso é Promovido Por

Universidade de Évora - Escola Superior de Enfermagem S. João de Deus

2. Coordenador(a)

Celso Filipe Boto da Silva (celso.silva@uevora.pt)

3. Apresentação

O Treino Metacognitivo na pessoa mais velha com Sintomas Depressivos (MCT-Silver) representa uma abordagem terapêutica inovadora no tratamento da depressão em pessoas mais velhas, focando-se no desenvolvimento da capacidade de reflexão sobre os próprios processos de pensamento. Esta metodologia ensina as pessoas a identificarem e modificarem padrões de pensamento disfuncionais, como a ruminação e a preocupação excessiva, que são características centrais da depressão nas pessoas mais velhas. Através de técnicas específicas, as pessoas aprendem a reconhecer quando estão envolvidos em ciclos de pensamento negativo e a implementar estratégias alternativas de processamento cognitivo, promovendo uma maior flexibilidade mental e controlo emocional.

Mostra-se particularmente eficaz devido à adaptação das técnicas às especificidades desta população, considerando fatores como alterações cognitivas associadas com a idade, comorbidades médicas e contexto psicossocial.

Estudos indicam que o MCT-Silver não só reduz significativamente os sintomas depressivos, como também melhora a qualidade de vida e a capacidade de adaptação das pessoas mais velhas.

4. Objetivos

Capacitar os profissionais da área da saúde mental e psiquiatria para a implementação Treino Metacognitivo na pessoa mais velha com Sintomas Depressivos (MCT-Silver).

Competências a desenvolver pelos estudantes:

Aquisição de competências para a operacionalização prática do Treino Metacognitivo na pessoa mais velha com Sintomas Depressivos (MCT-Silver).

5. Condições de Acesso e Ingresso

i Condições gerais

Ter mais de 18 anos e ser residente em Portugal. No caso de não ter nacionalidade portuguesa, deve ter autorização de residência e número de identificação fiscal.

ii Condições específicas de ingresso no curso

Grau académico de Licenciatura ou superior na área da saúde.

Apenas serão admitidos Enfermeiros Especialistas em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica, Psicólogos, Psiquiatras, entre outros profissionais na área da saúde mental e psiquiatria.

iii Nível das habilitações académicas exigidas

Ensino superior - licenciatura 1.º ciclo (Bolonha) ou equivalente

iv Documentação Necessária

- a) documento de identificação;
- b) documento(s) comprovativo(s) das condições específicas de ingresso no curso;
- c) documento comprovativo do IBAN de conta bancária da qual o candidato seja titular, no qual refira o respetivo nome como titular;
- d) documento comprovativo de autorização de residência, no caso de estudante estrangeiro;
- e) documento com número de identificação fiscal, no caso de estudante estrangeiro;

6. Processo de Seriação

Data de submissão de candidatura.

7. Nº de Vagas

- Número de vagas para ingresso: 25

OBS: Microcredencial no âmbito do Impulso Mais Digital do PRR- Projeto MedTech NEXT- Medicina Tecnologia e Futuro sujeito a programa de incentivos conforme regulamento próprio.

8. N.º Mínimo de Matriculados

Número mínimo de matriculados necessários para funcionamento: 15

9. Propina

- Propina: 0,00 €

10. ECTS

- N.º ECTS do curso: 1

11. Horas de Contacto

- Total de horas de contacto: 10

12. Regime de Lecionação

e-Learning

13. Regime de Frequência

Pós-laboral

14. Local de Funcionamento

Universidade de Évora, Escola Superior de Enfermagem São João de Deus - Évora

15. Horário de funcionamento (dias semana e horário)

Na 2ª FASE:

19 de novembro de 2025, 14:00 às 18:00 (online)

26 de novembro de 2025, 14:00 às 18:00 (online)

16. Datas do Curso

- 1ª Fase (1º Momento de Oferta)
 - Início do Curso: 22 de outubro de 2025
 - Fim do Curso: 29 de outubro de 2025
- 2ª Fase (1º Momento de Oferta)
 - Início do Curso: 19 de novembro de 2025
 - Fim do Curso: 26 de novembro de 2025

17. Datas de Candidaturas

- 1ª Fase (1º Momento de Oferta)
 - Início de Candidaturas: 22 de setembro de 2025
 - Fim de Candidaturas: 9 de outubro de 2025
 - Divulgação de Resultados (até): 16 de outubro de 2025
 - Início de Matrículas: 16 de outubro de 2025
 - Fim de Matrículas: 20 de outubro de 2025
- 2ª Fase (1º Momento de Oferta)
 - Início de Candidaturas: 21 de outubro de 2025
 - Fim de Candidaturas: 4 de novembro de 2025
 - Divulgação de Resultados (até): 10 de novembro de 2025
 - Início de Matrículas: 10 de novembro de 2025
 - Fim de Matrículas: 14 de novembro de 2025

20 de outubro de 2025

A Reitora

Hermínia Vasconcelos Vilar