



Universidade de Évora

Edital

Abertura de Curso de formação em Fundamentos da Enfermagem do Estilo de Vida:
Um Novo Paradigma de Saúde

Ano Letivo 2025/2026

1. O Curso é Promovido Por

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

2. Coordenador(a)

Anabela Pereira Coelho (anabela.coelho@uevora.pt)

3. Apresentação

O curso tem como objetivo capacitar os profissionais de enfermagem para uma abordagem inovadora da promoção da saúde. Nesta formação vai ser dado destaque à importância do estilo de vida como um fator determinante na prevenção e gestão de doenças crónicas, reforçando-se o papel do enfermeiro na adoção de práticas baseadas em evidência para melhorar a qualidade de vida dos indivíduos e comunidades.

Ao longo do curso, os estudantes irão aprofundar os conceitos essenciais da Enfermagem do Estilo de Vida, explorando os seus sete pilares fundamentais: alimentação saudável, exercício físico, saúde mental, relacionamentos saudáveis, espiritualidade, sono e minimização de substâncias e comportamentos nocivos. Serão abordadas metodologias de intervenção que promovem mudanças sustentáveis de comportamento, aliando teoria e prática através de workshops, estudos de caso e recursos pedagógicos interativos.

4. Objetivos

No final do curso espera-se que os estudantes tenham desenvolvido as seguintes competências de:

1. Compreensão dos Fundamentos da Enfermagem do Estilo de Vida e seus Conceitos;
2. Compreensão dos diferentes pilares da Enfermagem do Estilo de Vida e suas interações;
3. Reconhecimento do papel da Enfermagem na Promoção da Saúde;
4. Reconhecimento da efetividade de Intervenções de Enfermagem na Promoção da Saúde e Estilo de Vida.

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

Profissionais de Saúde, licenciados.

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: 30

8. N.º Mínimo de Matriculados

Número mínimo de matriculados necessários para funcionamento: 10

9. Propina

- Propina: 0,00 €

Este curso é abrangido pelo Impulso Mais Digital do PRR. Os/as estudantes podem beneficiar de prémio de conclusão, nos termos do respetivo [Regulamento](#), valor a depositar em conta bancária cujo titular seja o estudante.

10. ECTS

- N.º ECTS do curso: 3

11. Horas de Contacto

- Total de horas de contacto: 26

12. Regime de Lecionação

b-Learning

13. Regime de Frequência

Misto

14. Local de Funcionamento

Univdersidade de Évora

15. Horário de funcionamento (dias semana e horário)

2.ª feira 17h-21h (online)

4.ª feira 17h-21h (online)

Sábado 9h-18h (presencial)

16. Datas do Curso

- Início do Curso: 9 de fevereiro de 2026
- Fim do Curso: 14 de fevereiro de 2026

17. Datas de Candidaturas

- Início de Candidaturas: 29 de dezembro de 2025
- Fim de Candidaturas: 21 de janeiro de 2026
- Divulgação de Resultados (até): 28 de janeiro de 2026
- Início de Matrículas: 28 de janeiro de 2026
- Fim de Matrículas: 5 de fevereiro de 2026

2 de fevereiro de 2026

A Reitora

Hermínia Vasconcelos Vilar