



Universidade de Évora

Edital

Abertura do Mestrado em Exercício e Saúde

Ano Letivo 2026/2027

1. O Curso é Promovido Por

Universidade de Évora - Escola de Saúde e Desenvolvimento Humano

2. Comissão de Curso

Pablo Tomás Carús (ptc@uevora.pt)

José Alberto Frade Martins Parraça (jparraca@uevora.pt)

João Paulo Brites de Sousa (jsousa@uevora.pt)

3. Apresentação

O Mestrado em Exercício e Saúde visa oferecer uma especialização na área do Exercício e Saúde, aprofundar os conhecimentos teóricos e práticos da relação entre o exercício, a saúde e estilos de vida saudáveis, bem como dar uma resposta eficaz a uma necessidade cada vez mais premente e definida de formação especializada na avaliação, prescrição do exercício para diferentes populações-alvo (saudáveis e portadoras de diferentes patologias), na implementação de programas de exercício físico, e no acompanhamento desses mesmos programas. Este Curso surge com o objetivo de preparar futuros profissionais de exercício, tendo como base o desenvolvimento de competências de atualização autónoma de conhecimentos, bem como de análise crítica permanente acerca das suas práticas e das práticas dos que o rodeiam. Confere igualmente uma formação avançada para a análise crítica da natureza descritiva e mecanicista das relações plausíveis do exercício com a saúde e também com a formação avançada para a influência dos comportamentos associados ao exercício e à nutrição.

4. Saídas Profissionais

O Mestrado propõe-se formar técnicos especialistas, que sejam capazes de dar uma resposta adequada às diferentes necessidades que estão associadas à prática da atividade física e a sua implicação no âmbito da saúde e do bem-estar. Pretende-se que com este curso os alunos possam vir a intervir na prescrição do exercício e organização de programas de exercício, quer em ginásios e academias (Health clubs) quer em Câmaras Municipais e outras instituições que promovam programas de exercício físico.

5. Nº Registo do Curso na DGES

R/A-Ef 3451/2011/AL01

6. Nº Processo de Acreditação do Curso pela A3ES

ACEF/2324/0105972

7. Condições de Acesso e Ingresso

i Condições de acesso ao ciclo de estudos conducente ao grau de mestre

Podem candidatar-se ao ingresso no segundo ciclo de estudos conducentes ao grau de mestre:

- Os titulares de grau de licenciado ou equivalente legal;
- Os titulares de um grau académico superior estrangeiro, que seja reconhecido como satisfazendo os objetivos do grau de licenciado pelo órgão científico competente da instituição de ensino superior onde pretendem ser admitidos;
- Os detentores de um currículo escolar, científico ou profissional, que seja reconhecido como atestando capacidade para realização deste ciclo de estudos pelo órgão científico competente da instituição de ensino superior onde pretendem ser admitidos.

ii Condições de acesso ao ciclo de estudos na Universidade de Évora

Os finalistas do grau de licenciado no ato da candidatura têm de reunir condições que garantam a conclusão da licenciatura até ao dia 30 de outubro do ano de ingresso. A admissão e matrícula destes estudantes estão condicionadas à conclusão da licenciatura até esta data, sendo a matrícula anulada caso não concluam a licenciatura nesse prazo.

No decorrer na 1ª fase podem candidatar-se a 2º ciclo os estudantes que tenham em falta no máximo 6 UC ou 36 ECTS para conclusão do curso; na 2ª fase podem candidatar-se se tiverem em falta 3 UC e na 3ª fase se tiverem em falta 1 UC.

Excetua-se do exposto acima os casos dos estudantes detentores de currículo que revelem experiência profissional ou científica que possa ser reconhecida pelo órgão científico competente, atestando capacidade para realização do mestrado/pós-graduação, desde que os estudantes requeiram esse reconhecimento no ato da candidatura.

iii Condições específicas de ingresso no curso

Licenciatura em Ciências do Desporto, ou noutras áreas relacionadas com o Exercício e/ou Saúde.

8. Processo de Seriação

- Habilitações Literárias: 70%
 - Área das habilitações: 25%
 - Média da habilitação mais elevada: 50%
 - Nível de habilitações: 25%
- Análise Curricular: 30%
 - Atividades científicas e técnicas e publicações: 30%
 - Formação Profissional na área do curso ou afim: 30%
 - Experiência Profissional na área do curso ou áreas afins: 40%

9. N.º de Vagas

- Para ingresso de candidatos com nacionalidade de países da União Europeia: 18
- Para ingresso de candidatos sem nacionalidade de países da União Europeia: 4

Em função do número de candidaturas pode haver transferência de vagas entre o concurso para estudantes internacionais e o concurso para estudantes da união europeia.

10. N.º Mínimo de Matriculados

Número mínimo de matriculados necessários para funcionamento: 8

11. Propina do Ano Letivo

- Candidatos com nacionalidade de países da União Europeia: 1 500,00 €
- Candidatos sem nacionalidade de países da União Europeia: 2 500,00 €
 - Propina para Estudantes Internacionais com Bolsa de Mérito: 1 500,00 €
 - Propina para Estudantes Internacionais com Bolsa de Cooperação e Desenvolvimento: 1 700,00 €

No ano de ingresso, todos os estudantes com estatuto de estudante internacional que tenham uma média da licenciatura superior ou igual a 15 (na escala 0-20) beneficiam da propina para estudantes internacionais com bolsa de mérito e todos os estudantes oriundos de países PALOP beneficiam de propina para estudantes internacionais com bolsa de cooperação e desenvolvimento.

Nos anos seguintes, para manter a bolsa de mérito ou de cooperação e desenvolvimento, o estudante tem de satisfazer as condições estipuladas no artigo 22º do Regulamento Académico da Universidade de Évora, sendo os resultados divulgados até 31 de outubro de cada ano letivo, sem necessidade de candidatura à bolsa.

12. Organização / Duração

- a. **Duração do mestrado:** 4 semestres
- b. **Nº ECTS para obtenção do grau:** 120
- c. **Nº ECTS para obtenção do curso de mestrado (conclusão da parte curricular):** 72

13. Línguas Ministradas

- Inglês
- Espanhol
- Português

Apesar das aulas serem em português ou espanhol, existe apoio tutorial em inglês quando há alunos cuja língua mãe não é o português.

14. Regime de Leciação

Presencial

15. Regime de Frequência

Misto

16. Horário de funcionamento (dias semana e horário)

Aulas quinzenais, preferencialmente à 6ª feira e sábado (horário 09:00h-14:00h e 15:00h-20:00h), e eventualmente, algumas aulas passariam para 5ª feira (14:00h - 18:00h) e 6ª feira (09:00h-14:00h e 15:00h-20:00h).

17. Data de início do curso

setembro de 2026

12 de fevereiro de 2026
A Reitora

Hermínia Vasconcelos Vilar