



UNIVERSIDADE DE ÉVORA

INSTITUTO MEDITERRÂNEO PARA AGRICULTURA, AMBIENTE E DESENVOLVIMENTO

BOLSA DE INVESTIGAÇÃO MESTRE – 1 VAGA

27 de novembro de 2023

Encontra-se aberto concurso para a atribuição de 1 Bolsa de investigação Mestre no âmbito do projeto de investigação denominado **HealthyW8** – Empowering healthy lifestyle behaviour through personalized intervention portfolios to prevent and control obesity during vulnerable stages of life (Grant Agreement Number 101080645, financiado pelo programa Horizon-Europe (HORIZON-HLTH-STAYHLTH-01-05-twostage), nas seguintes condições:

Área Científica: Ciências do Desporto

Tópico de Bolsa: Avaliação do efeito de intervenções de atividade física, com o objetivo de prevenir a obesidade, em populações vulneráveis (foco em crianças e jovens adultos).

Requisitos de admissão:

- Conhecimento especializado do exercício, da melhoria da aptidão física, da saúde e do bem-estar.
- Qualificação científica, pedagógica e técnico-profissional na intervenção na atividade física e nas práticas de exercício em populações vulneráveis (crianças obesas, adultos vulneráveis e/ou com co-morbilidades associadas – ex. cardíacos, etc).
- Conhecimentos em Fisiopatologia e Prescrição do Exercício em Populações com Patologias Cardiovasculares e Metabólicas.
- Competências em programas de educação e promoção da saúde e estilos de vida saudáveis e de reabilitação e prevenção de doenças crónicas.
- Competências em trabalho supervisionado de planeamento, controlo e prescrição da prática de exercício físico em crianças e jovens com obesidade.
- Competências de organização, planeamento, condução, prescrição, avaliação e controlo de programas de exercício, visando o desenvolvimento da aptidão física e/ou a mitigação de limitações funcionais resultantes de incapacidades e/ou de doenças crónicas.
- Capacidade em desenvolver a investigação nos domínios da prescrição do exercício na promoção da saúde e na prevenção da doença ao longo do ciclo de vida, em adultos e em pessoas com deficiência.
- Conhecimento em prescrição de treino intervalado de alta intensidade, com conhecimento de diferentes tecnologias e suas aplicações.



UNIVERSIDADE DE ÉVORA

- Familiaridade com instrumentos de avaliação tais como DXA, Biodex System 3, acelerometria tridimensional, entre outros.
- Conhecimentos na elaboração de Revisões Sistemáticas e Meta-análise especializadas em promoção do exercício, melhoria da aptidão física, saúde e bem-estar, prevenção de doenças crónicas, entre outros temas relacionados.
- Competências avançadas em análise de dados, utilizando métodos estatísticos e ferramentas de software nos domínios indicados.
- Experiência na preparação de relatórios técnicos, publicações científicas e apresentações para disseminar os resultados da pesquisa.

Conforme o Regulamento de Bolsas de Investigação da FCT nº950/2019 de 16 de dezembro de 2019, artigo 3º e 6º, os candidatos a **BI (Bolsas de Investigação)** devem cumprir como condição para a atribuição da bolsa, a inserção efetiva em ciclos de estudos conducentes à atribuição de graus académicos ou em cursos não conferentes de grau académico. Os cursos não conferentes de grau académico correspondem aos cursos previstos na alínea e) do nº 3 do artigo 4º do Decreto-Lei nº74/2006 de 24 de março e deverão ser desenvolvidos numa instituição de ensino superior em associação a pelo menos uma unidade de I&D, incluindo-se o plano do curso numa ou em várias áreas de investigação da unidade.

Plano de trabalhos: O detentor da bolsa participará de trabalhos em curso, no âmbito do WP1, relacionados com a realização de revisões sistemáticas e meta-análises. Para além disso, participará de forma ativa no desenvolvimento de um ensaio experimental, de curta duração, através do desenvolvimento de um programa de atividade física destinado a prevenir a obesidade em crianças e jovens adultos, sendo responsável pelo acompanhamento e realização do programa de atividade física, assim como recolha de parâmetros biológicos e amostras de saliva, que mais tarde serão analisadas em laboratório.

Legislação e regulamentação aplicável: A concessão da Bolsa de Investigação será realizada mediante a celebração de um contrato entre a Universidade de Évora e o bolseiro conforme minuta [former.fct.pt/apoios/Minuta_Contrato_Bolsa.docx](https://files.fct.pt/apoios/Minuta_Contrato_Bolsa.docx), nos termos do Estatuto do Bolseiro de Investigação (Lei nº40/2004 de 18 de agosto e decreto-lei nº 123/2019 de 28 de agosto) e de acordo com a legislação e Regulamento de Bolsas de Investigação da Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P em vigor, regulamento nº950/2019 de 16 de dezembro de 2019: <https://files.dre.pt/2s/2019/12/24100000/0009100105.pdf> e demais normas aplicáveis.

Local de trabalho: O trabalho será desenvolvido em diferentes instalações da Universidade de Évora, nomeadamente Pavilhão Gimnodesportivo, CLAV e Polo da Mitra, sob a orientação científica do Professor Doutor Armando Raimundo.

Duração da(s) bolsa(s): A bolsa terá a duração de 6 meses, com início previsto em janeiro de 2024. O contrato de bolsa poderá ser renovado até ao final da dotação orçamental do projeto de financiamento, por iguais períodos.



UNIVERSIDADE DE ÉVORA

Valor do subsídio de manutenção mensal: O montante da bolsa corresponde a €1 199,64, conforme tabela de valores das bolsas atribuídas diretamente pela FCT, I.P. no País (https://www.fct.pt/wp-content/uploads/2023/02/Tabela-de-Valores-SMM_2023.pdf), sendo os pagamentos efetuados mensalmente, através de cheque ou transferência bancária.

Métodos de seleção: Os métodos de seleção a utilizar serão os seguintes:

- avaliação curricular (100%)

Caso seja considerado necessário por parte do júri, para esclarecimentos adicionais ou para efeitos de desempate, os dois primeiros candidatos, poderão ser convocados para uma entrevista de seleção. No caso de utilização da entrevista a valorização dos elementos de avaliação será a seguinte:

- avaliação curricular (75%)
- entrevista (25%)

Composição do Júri de Seleção:

Presidente – Elsa Lamy (Investigadora Auxiliar – Instituto Mediterrânico para a Agricultura, Ambiente e Desenvolvimento (MED) – coordenadora do projeto HealthyW8 pela Universidade de Évora)

1º Vogal – Armando Raimundo (Professor Catedrático – Departamento de Desporto e Saúde – ESDH, Universidade de Évora)

2º Vogal – Nuno Batalha (Professor Associado - Departamento de Desporto e Saúde – ESDH, Universidade de Évora)

1º Suplente – Fernando Capela e Silva (Professor Associado – Departamento de Ciências Médicas e da Saúde – ESDH, Universidade de Évora)

2º Suplente – Sofia Tavares (Professora Auxiliar – Departamento de Psicologia – ECS, Universidade de Évora)

Forma de publicitação/notificação dos resultados: Os resultados serão publicitados, através de lista ordenada por nota final afixada em local visível e público da Universidade de Évora (Secretariado da Escola de Saúde e Desenvolvimento Humano – CLAV), sendo os candidatos aprovados notificados através de email.

Nos termos de direito de audiência prévia dos interessados o projeto de Classificação Final será anunciado por qualquer meio escrito a todos os interessados.

Após comunicação da lista provisória dos resultados da avaliação, os candidatos dispõem de um período de 10 dias úteis para, querendo, se pronunciarem em sede de audiência prévia de interessados.

Prazo de candidatura e forma de apresentação das candidaturas: O concurso encontra-se aberto no período de 27 de novembro a 13 de dezembro de 2023 e os resultados da seleção serão publicados até 15 de dezembro de 2023.



UNIVERSIDADE DE ÉVORA

As candidaturas devem ser formalizadas, obrigatoriamente, através do envio de carta de candidatura acompanhada dos seguintes documentos: Curriculum Vitae, certificado de habilitações e outros documentos comprovativos considerados relevantes.

Para efeitos de candidatura os comprovativos podem ser substituídos por declaração de honra do candidato, mas a não demonstração, em fase de contratualização, da posse do grau exigido à data limite da candidatura ou a não apresentação dos comprovativos de matrícula ou inscrição em ciclo de estudos ou curso não conferente de grau, para as bolsas com essa componente, implicam a anulação da avaliação do candidato.

Os graus académicos obtidos em países estrangeiros necessitam de registo por uma Instituição Portuguesa de acordo com o Decreto-lei nº. 66/2018, de 16 de agosto e a Portaria nº. 33/2019, de 25 de janeiro. A apresentação do certificado é obrigatória para a assinatura do contrato.

Mais informação poderá ser obtida em:

<https://www.dges.gov.pt/pt/pagina/reconhecimento?plid=374>

As candidaturas deverão ser remetidas por e-mail para:

Profª Elsa Lamy

Instituto Mediterrâneo para Agricultura, Ambiente e Desenvolvimento da Universidade de Évora

e-mail: ecsl@uevora.pt

Assunto: Candidatura Bolsa de Mestre HealthyW8