



Seminário Aberto

**Auditório da Escola Superior de Enfermagem
São João de Deus da Universidade de Évora
30 de abril de 2026**

- 10h Abertura: Diretora ES Enfermagem São João de Deus – Univ. Évora: **Isabel Bico**
- 10:15-11h **Rita Santos Rocha**, ESDRM-IPSantarém, Resultados do projeto Gravidez Ativa e novos desafios
- 11:30-12h **M.^a Otília Zangão**, ES Enfermagem São João de Deus – Univ. Évora, Promoção da Atividade Física para Grávidas nos Cuidados de Saúde Primários
- 12-12:30h **Patrícia Mota**, ES Saúde - IPLisboa, A intervenção do fisioterapeuta na promoção da saúde na gravidez e pós-parto
- 12:30-12:45h: questões
- Intervalo para almoço
- 14:30-15h **Maria-Raquel Silva**, Fac. Ciências da Saúde – Univ. Fernando Pessoa, A importância do sono na gravidez e pós-parto
- 15-15:30h **Cristiana Mercê**, ESDRM-IPSantarém, Avaliação da composição corporal durante a gravidez
- 15:30-16h **Laura Massa Alves**, ESDRM-IPSantarém, Aplicação informática para a promoção do estilo de vida ativo e saudável na gravidez e pós-parto
- 16-16:30h **Sandra Silva Santos**, Instituto Europeu de Estudos Superiores de Fafe, Adaptações da prescrição do treino para a grávida atleta
- 16:30-17h: questões e encerramento: Diretor ESDRM: **Nuno Pimenta**

sprint

Sport Physical activity and health
Research & INnovation cenTer
Centro de investigação e inovação em
desporto atividade física e saúde



GRAVIDEZ ATIVA
[2023.14896.PEX]

Informações: otiliaz@uevora.pt

UID.06185.2025

Inscrições: <https://forms.gle/bFtr8T7cZWBGRxUW8>