

# CURSO DE BIOFEEDBACK – ON-LINE

## VARIABILIDADE DA FREQUÊNCIA CARDÍACA

### DETALHAMENTO DO CURSO

#### Curso de Biofeedback Variabilidade da Frequência Cardíaca

**ÊNFASE:** Clínica e Performance

**DATA:** 28 a 31 de maio de 2020

**HORÁRIO:** 08:30 às 13:00h

**PLATAFORMA ON-LINE:** ZOOM

**PÚBLICO ALVO:** Profissionais de saúde e desenvolvimento humano.

**OBJETIVO GERAL:** capacitá-lo a entender e aplicar os conceitos subjacentes à prática do Biofeedback no contexto clínico e do desenvolvimento humano, com ênfase na modalidade **Variabilidade da Frequência Cardíaca**.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

Ao final do curso, o aluno será capaz de:

- Entender a dinâmica psicofisiológica do ser humano
- Conhecer as principais modalidades de Biofeedback (BFK)
- Entender o funcionamento dos sistemas de BFK
- Escolher o sistema que melhor se adapta à sua prática profissional
- Coletar os sinais fisiológicos de Variabilidade da Frequência Cardíaca (VFC)
- Entender os conceitos e parâmetros da VFC no domínio do tempo e da frequência
- Entender e correlacionar os parâmetros da VFC e as queixas/objetivos dos clientes
- Incluir a modalidade de BFK VFC na sua prática diária
- Integrar a modalidade de BFK VFC nos protocolos clínicos e da melhora do desempenho
- Estar apto utilizar os sistemas e equipamentos de BFK VFC
- Dominar a navegação nos softwares e as funcionalidades operacionais dos sistemas indicados para a prática (Apps, emWave Pro Plus e Kubios)  
– **assunto complementado pelas vídeo aulas enviadas aos alunos**
- Realizar a avaliação da VFC (emWave Pro Plus, Apps e Kubios)
- Analisar os dados obtidos na avaliação de linha de base e complementares
- Determinar a Frequência Ressonante do cliente



- Correlacionar as respostas fisiológicas com a saúde física e mental do cliente/paciente
- Elaborar protocolos de treinamento, na clínica e no alto rendimento, com base na VFC
- Avaliar o progresso do programa de tratamento/treinamento de VFC
- Indicar e configurar os sistemas e Apps para o treinamento diário de BFK VFC do cliente
- Utilizar o software *Kubios* para obtenção e análise dos parâmetros da VFC
- Utilizar os parâmetros de VFC para monitorar o sucesso de intervenções clínicas e programas de treinamento para performance
- Monitorar o efeito da carga alostática e a recuperação do cliente/paciente pelos parâmetros da VFC
- Montar um programa para acompanhar e gerenciar o efeito do estresse no organismo de grupos de clientes/pacientes
- Elaborar relatórios das avaliações

## CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

- Definição e Bases conceituais – Psicofisiologia Aplicada, Estresse, SNA, Eixos HPA e SAM
- Mobilização orgânica de enfrentamento e recuperação homeostática
- Síndrome da Adaptação Geral, esgotamento, fadiga adrenal e burnout
- Teoria Polivagal
- Principais modalidades de BFK
- Possibilidades de Intervenção com BFK VFC
- Principais protocolos de avaliação da VFC
- Parâmetros da VFC no domínio do tempo e da frequência
- Análise e interpretação dos parâmetros de VFC na clínica e no desempenho
- Possibilidades de treinamento com BFK VFC
- Apps, software e hardware de avaliação e treinamento BFK VFC
- Criando um protocolo de treinamento com BFK VFC
- Utilização do software *Kubios* para obtenção e análise dos dados da VFC
- Montando um relatório da avaliação da VFC
- Montando o Protocolo de Treinamento de BFK VFC
- Acompanhamento da evolução do tratamento/treinamento
- Montando um programa de gestão do estresse em equipes esportivas e organizacionais



## FORMATO:

O curso será dividido em módulos, com o seguinte formato:

- Quatro módulos on-line com duração de 4h30min com intervalo de 20 min após as primeiras 2 horas de aula;
- Utilizaremos a plataforma Zoom (ver instruções ao final do texto);
- Após os módulos on-line, cada aluno terá um encontro comigo de 1h30min, via Zoom, para realizarmos um exercício de análise de parâmetros de um caso real e sanar eventuais dúvidas. Os encontros serão agendados dentro de uma grade de horários que vocês receberão após terminarmos o curso;
- Aqueles que não conseguirem se manter conectado ou tiverem problemas de internet durante a aula, poderão visualizá-las pela plataforma EAD ([ead.neuropower.com.br](http://ead.neuropower.com.br)).
- **Às 09h00 do dia 25 de maio**, faremos uma reunião prévia de 30 min para verificar se todos conseguiram se cadastrar na plataforma Zoom.

## VÍDEO AULAS:

Após o curso, os alunos receberão o login e senha para assistirem às aulas pela plataforma EAD ([ead.neuropower.com.br](http://ead.neuropower.com.br)), disponíveis por seis meses.

Além das aulas do curso, confirmada a inscrição, os alunos recebem as vídeo aulas explicativas dos sistemas que recomendamos para uso clínico. Essas vídeo aulas têm utilidade também no pós-curso, como consulta sobre a configuração e utilização dos softwares e App:

- Passo a passo do software emWave Pro Plus – **assunto complementado pelas vídeo aulas enviadas anteriormente aos alunos**
- Configuração e funcionalidades do emWave Pro Plus – **assunto complementado pelas vídeo aulas enviadas anteriormente aos alunos**
- Avaliações da VFC com emWave Pro Plus – **assunto complementado pelas vídeo aulas enviadas anteriormente aos alunos**
- Realizando uma avaliação do balanço autonômico
- Obtendo a Frequência Ressonante (FR) do cliente - **assunto complementado pelas vídeo aulas enviadas anteriormente aos alunos**
- Protocolo de treinamento da FR - **assunto complementado pelas vídeo aulas enviadas anteriormente aos alunos**

**PRÉ-REQUISITO:** ser profissional de saúde ou do desenvolvimento humano.

**EQUIPAMENTOS E SOFTWARES:** sugerimos e orientamos a aquisição do software e hardware de Biofeedback Variabilidade da Frequência Cardíaca (VFC – emWave Pro Plus), principalmente para quem fará uso clínico da técnica.

**BIBLIOGRAFIA INDICADA:** revisão do Sistema Nervoso Autônomo e artigos que ficarão disponíveis na plataforma EAD.

**SUPERVISÃO PÓS CURSO:** está incluso no valor do pago 1 hora de supervisão pós curso que deve ser utilizada em até 30 dias da sua conclusão.

**TURMA:** limitada em 20 alunos



## INVESTIMENTO:

- R\$ 740,00 à vista, até 15/05, por depósito ou transferência bancária para a seguinte conta:

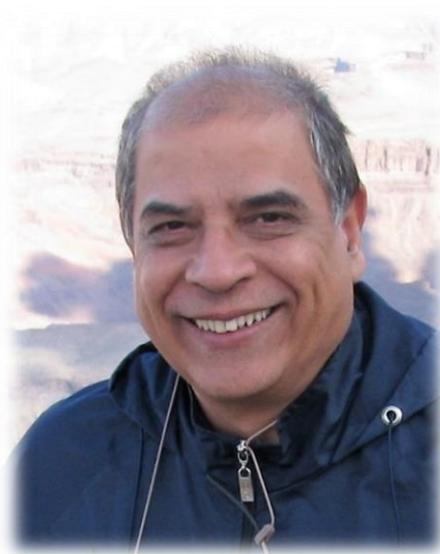
Lucia Regina de Souza Carvalho - MEI  
CNPJ 33.966.712/0001-19  
Banco Itaú (341)  
Ag. 4836 - C/C 21920-6

- R\$ 780,00 parcelado em até 10x pelo Pague Seguro, pelo link



DEMAIS INFORMAÇÕES: +5511 970198568 - Prof. Silvio Aguiar

INSCRIÇÃO: para receber o formulário de inscrição ou tirar alguma dúvida envie um e-mail para [silvioaguiar@neuropower.com.br](mailto:silvioaguiar@neuropower.com.br)



### ***Prof. Silvio de Souza Aguiar Carvalho***

CRP 6/134095

Formado em **Psicologia** pela USU (2012), possui **especialização em Neurofeedback** (Nova Tech EEG / USA), **Biofeedback** (Biofeedback Federation of Europe / POR – 2017), **Biofeedback HRV for Peak Performance and Elite Athletes** (EliteHRV/USA – 2018), **Gerenciamento do Estresse** (ISMA/Colorado State University – 2018) e **Self-Regulation Program for Peak Performance: Olympic, Military, & Elite Sport Applications** (Biofeedback Federation of Europe/WAL – 2019)

É membro da **Association for Applied Psychophysiology and Biofeedback (AAPB)**, da **International Society of Sport Psychology (ISSP)** e da **International-Stress-Management-Association (ISMA)**.

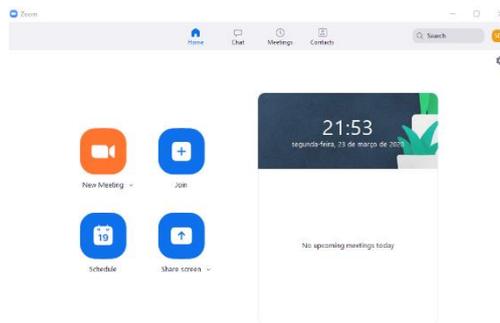
Como Psicólogo do Comitê Olímpico Brasileiro, foi responsável pelo treinamento mental/cerebral do Time Brasil Rio 2016 de Tiro Esportivo (2014/2016), tendo como principal resultado a conquista da medalha de prata do atleta Felipe Wu. Psicólogo e fundador da **NeuroPower®**, atuando na clínica e no alto rendimento humano, com foco na otimização da performance cerebral e gerenciamento do estresse esportivo, acadêmico e profissional.



## COMO USAR O ZOOM PARA AS AULAS ON-LINE

Zoom é um aplicativo de vídeo conferência que oferece a melhor qualidade de vídeo, áudio e compartilhamento de tela disponível no mercado, podendo ser utilizado no Windows, Mac, iOS, Android e Linux. O registro para participar dos encontros é gratuito.

1. Como se cadastrar no Zoom:
  - Clique em <https://zoom.us/signup>
  - Inscreva-se gratuitamente utilizando o seu e-mail que usará para assistir às aulas on-line
2. Como instalar o aplicativo do Zoom:
  - No seu computador, acesse este link para baixar o aplicativo: <https://zoom.us/support/download>
  - Para iOS, acesse App Store
  - Para Android, acesse Google Play
3. Como eu entro em uma videoaula ou reunião?
  - Clique no link do Zoom enviado por e-mail pelo professor.
  - Você pode copiar e colar o link na barra de endereço do navegador.
  - Ou você pode ingressar utilizando o "Meeting ID" e a senha, dentro do aplicativo do Zoom instalado no seu computador (figura abaixo), clicando em "Join".



- Digite seu número de ID da Reunião e insira seu nome. Selecione também se gostaria de conectar áudio e/ou vídeo e selecione "Join".

