

CURSO NEUROPOWER® DE BIOFEEDBACK
VARIABILIDADE DA FREQUÊNCIA CARDÍACA

DETALHAMENTO DO CURSO

CRONOGRAMA - o curso será ministrado em 4 terças-feiras e 3 quintas-feiras, no período de **10 a 31 de agosto de 2021**

HORÁRIO – das 18h00 às 21h30

PLATAFORMA ON-LINE: ZOOM

PÚBLICO-ALVO: Exclusivamente para Profissionais da Saúde e Desenvolvimento Humano.

OBJETIVO GERAL: capacitá-lo a entender e aplicar a **Variabilidade da Frequência Cardíaca (VFC), como biomarcador e ao Biofeedback VFC (BFK VFC), como técnica de intervenção**, no contexto clínico e do desenvolvimento humano, com ênfase nas intervenções e prática on-line.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Ao final do curso, o aluno será capaz de:

- Entender a dinâmica psicofisiológica do ser humano
- Conhecer as principais modalidades e sistemas mais usuais de Biofeedback (BFK)
- Entender o funcionamento básico dos sistemas de BFK
- Escolher os sistemas e modalidades que melhor se adaptam à sua prática profissional
- Entender os conceitos e parâmetros da VFC no domínio do tempo e da frequência
- Coletar os sinais fisiológicos de Variabilidade da Frequência Cardíaca (VFC), com aplicativos que utilizam uma cinta cardíaca e/ou a câmera do celular como sensor (p.ex. HRV4Life e EliteHRV)
- Correlacionar os parâmetros da VFC com a carga alostática dos pacientes/clientes
- Incluir a modalidade de BFK VFC na sua prática diária, com ênfase nas intervenções on-line pelo Protocolo NeuroPower®
- Integrar a modalidade de BFK VFC nas abordagens clínicas e nos programas de melhora do desempenho
- Conhecer a navegação nos softwares e as funcionalidades operacionais dos sistemas indicados para a prática - Apps e painéis de análise na web de VFC (HRV4Life e EliteHRV) e Kubios Standard
- Realizar as avaliações da VFC - Apps de VFC (HRV4Life e EliteHRV) e Kubios Standard
- Analisar os dados obtidos na avaliação de linha de base e complementares
- Determinar a Frequência Ressonante do cliente à distância pelo Protocolo NeuroPower®



- Correlacionar de forma inicial a tendência dos parâmetros da VFC com psicofisiologia do cliente/paciente
- Elaborar protocolos de treinamento, na clínica e no alto rendimento, com base na VFC
- Escolher e configurar os sistemas e Apps para o monitoramento e treinamento diário de BFK VFC do cliente
- Utilizar o software Kubios Standard para análise dos parâmetros da VFC
- Entender a utilização dos parâmetros de VFC para monitorar o progresso de intervenções clínicas e programas de treinamento para performance
- Monitorar o efeito da carga alostática e a qualidade da recuperação do cliente/paciente pelos parâmetros da VFC
- Montar um programa para acompanhar e gerenciar o efeito do estresse no organismo de grupos/equipes de clientes/pacientes

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”, overtraining 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 análise dos dados da VFC
- Montando o Protocolo de Treinamento/Tratamento com BFK VFC
- Acompanhamento da evolução do treinamento/tratamento
- Montando um programa de gestão do estresse em equipes esportivas e organizacionais



FORMATO:

O curso será dividido em sete módulos de 3h/aula, totalizando 21h/aula on-line ao vivo, com o seguinte formato:

- **4 terças-feiras (10, 17, 24 e 31/8) e 3 quintas-feiras (12, 19 e 26/8) das 18h00 às 21h30;**
- Utilizaremos a plataforma Zoom (**ver instruções ao final do texto**);
- Aqueles que não conseguirem manter a conexão ou tiverem problemas de internet durante a aula, poderão visualizá-las pela plataforma EAD, a partir do dia seguinte (ead.neuropower.com.br).
- **Às 21h00 do dia 09 de agosto (segunda-feira)**, faremos uma reunião prévia de cerca de 40 min para verificar o acesso à plataforma Zoom e uma rápida apresentação pessoal ao grupo.

VÍDEO AULAS:

Ao iniciar o curso, os alunos receberão o login e senha para assistirem às vídeo aulas (vídeos das aulas no Zoom) pela plataforma EAD (ead.neuropower.com.br). As aulas ficarão disponíveis conforme forem acontecendo, permanecendo por 180 dias, a partir de 31 de agosto, juntamente com vasto material de estudo (artigos e livros em PDF).

Além das aulas em vídeo, confirmada a inscrição, os alunos recebem as vídeo aulas explicativas dos sistemas que não serão abordados no curso, porém recomendamos para uso clínico presencial. Essas vídeo aulas têm utilidade também no pós-curso, como consulta sobre a configuração e utilização do sistema emWave Pro Plus:

- Obtendo a Frequência Ressonante (FR) do cliente e Protocolo de Treinamento da FR
- Passo a passo do software emWave Pro Plus
- Configuração e funcionalidades do emWave Pro Plus
- Avaliações da VFC com emWave Pro Plus
- Realizando uma avaliação do balanço autonômico
- Utilização do App eSense GSR

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

EQUIPAMENTOS:

- Para aqueles que optarem pela utilização do protocolo on-line, orientamos a aquisição da cinta cardíaca Polar®, modelos H10 (**recomendamos**) ou H9, na loja on-line da Polar ou da Centauro.
- Para o trabalho clínico presencial, recomendamos o emWave Pro Plus da HeartMath.
- **OBS: nós não vendemos equipamentos, mas orientamos como adquiri-los com o menor custo e de forma legal.**

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

TURMA: limitada em 30 alunos



INVESTIMENTO:

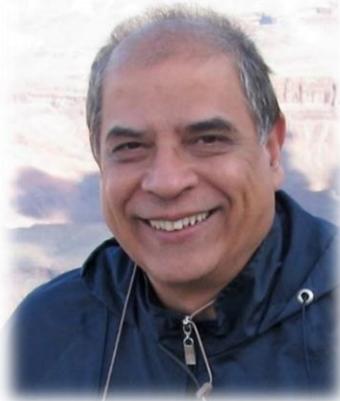
- Para o Curso de Biofeedback VFC, o investimento será de R\$ 950,00 (novecentos Reais) pagos por:
 - À vista, com 10% de desconto – R\$ 855,00 – por depósito bancário, **até o dia 27 de julho de 2021, por transferência bancária;**
 - Em 4x R\$ 240,00 sem juros, por **agendamento bancário das 4 parcelas, com a primeira parcela até o dia 27 de julho de 2021 e as demais a cada 30 dias;**
 - À vista, com 5% de desconto (R\$ 902,50), **entre 28 de julho e 04 de agosto, por transferência bancária;**
 - À vista, sem desconto (R\$ 950,00), entre 05 e 09 de agosto;
 - **Desconto especial de 30% sobre os valores acima indicados para cada data, para ex-alunos dos cursos de Biofeedback ministrados pelo Prof. Silvio Aguiar;**
 - Os dados bancários para o pagamento serão enviados no Formulário de Inscrição.

OBS: para o pagamento de qualquer das opções, utilizar a conta abaixo, enviando o (s) comprovante (s) para o WhatsApp +5511 97019-8568 (Silvio Aguiar):

- Favorecido: Lucia Regina de Souza Carvalho – MEI
- CNPJ e PIX: 33.966.712/0001-19
- Banco: 341 Itaú
- Agência: 4836
- Conta Corrente: 21920-6

DÚVIDAS OU INFORMAÇÕES: WhatsApp +5511 970198568 - **Prof. Silvio Aguiar**

FORMOLÁRIO DE INSCRIÇÃO: solicite o seu formulário de inscrição pelo e-mail 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** (HRV4Life/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)** e da **International Society of Sport Psychology (ISSP)**.

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.

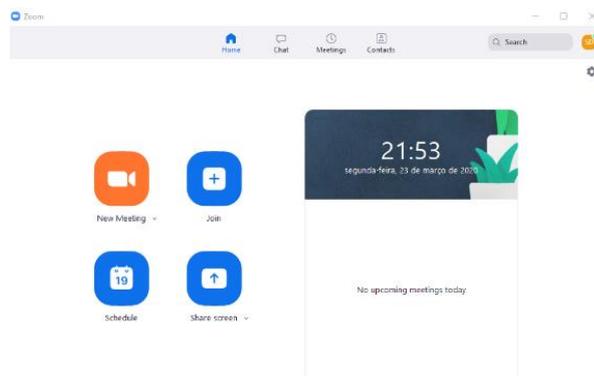


COMO USAR O ZOOM PARA AS AULAS ON-LINE

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

Recomendamos que as aulas sejam assistidas pelo notebook ou computador de mesa, utilizando fone de ouvido e microfone com qualidade boa qualidade de áudio.

1. Como se cadastrar no Zoom:
 - Clique em <https://zoom.us/signup>
 - Registre-se gratuitamente utilizando o 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>
 - Faça o download do executável e instale no seu computador
 - O ícone do Zoom aparecerá na sua área de trabalho como um atalho
3. Como acessar a sala de aula:
 - Clique no link do Zoom na sua área de trabalho.
 - Na janela do Zoom instalado no seu computador (figura abaixo), clique em **“Join”**.



- Digite seu número de ID da Reunião e insira seu nome. Permita o áudio e o vídeo e clique em **“Join”**.

