

Nome da Formação	Gua Sha
Código da Formação	259
Edição	3
Nota Introdutória	<p>Gua Sha é uma técnica terapêutica tradicional de origem chinesa, utilizada há milhares de anos na medicina oriental para promover a saúde e o bem-estar. O seu nome deriva dos termos “Gua” (raspar) e “Sha” (vermelhidão ou energia estagnada), e descreve exactamente o processo: a fricção suave e repetitiva da pele com uma ferramenta lisa, geralmente feita de jade, quartzo, chifre ou osso, Na prática terapêutica, o Gua Sha é aplicado nos músculos e meridianos corporais. Esta estimulação acelera o fluxo sanguíneo, favorece a drenagem linfática e auxilia na eliminação de toxinas.</p> <p>Nos últimos anos, o Gua Sha tornou-se popular também nos cuidados estéticos, especialmente no rosto.</p>
Objetivos	<p>Explicar a origem da técnica, os seus princípios tradicionais e o seu enquadramento na Medicina Tradicional Chinesa.</p> <p>Ensinar a técnica correta de utilização e promover boas práticas.</p> <p>Garantir segurança e prevenção de riscos.</p> <p>Demonstrar os benefícios reais deste procedimento terapêutico.</p> <p>Proporcionar uma experiência prática e guiada.</p>
Destinatários	Profissionais e estudantes de MTC ou de Acupunctura.
Pré-requisitos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Formação em Medicina Tradicional Chinesa. ▪ Formação em Acupunctura.
Coordenador de Curso	Emanuel Filipe
Formador(es)	<p><u>Emanuel Filipe</u> Acupunctur e Especialista de Medicina Tradicional Chinesa a exercer desde 2008 (Cédula Profissional C-006188). Curso de treino avançado para docentes da Universidade de Medicina Tradicional Chinesa de ChengDu (China) em 2017. Diplomado em Acupunctura e Medicina Tradicional Chinesa pela APADA/UMC. Curso de Massagem de Reabilitação. Curso de Integração Neuro estruturais. Curso de Integração Neuro estruturais Deep Cures. Curso de Descompressão Neuromuscular. Curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores. Orador nas Jornadas de MTC de 2014 da UMC com o tema “Bandas Neuromusculares em MTC”. Orador no 11º Congresso de MTC da APPA com o tema “Disfunções da Articulação Temporomandibular em MTC”. Orador no 1º Congresso Nacional de TNC com o tema “Meridianos Curiosos um tema a explorar”. Docente e Coordenador Pedagógico na UMC desde 2011.</p>
Formato	Presencial

Local	UMC Lisboa
Horas de formação	5 horas
Duração	1 dia
Calendário	09/05/2026
Horário	14h00 às 19h00
Valor da formação	PVP= 65 € <u>Condições especiais:</u> - 10% desconto para diplomados UMC e sócios da APPA-fmtc Nota: os valores indicados incluem IVA a 23%.
Inscrição	Formulário de inscrição aqui É considerada válida após pagamento do valor da inscrição.
Datas de inscrição	De 26 de Março a 06 de Maio 2026
Metodologia de ensino	O workshop é presencial e teórico-prático. Utiliza o método demonstrativo e explicativo para apresentar os conteúdos da formação bem como organiza a sua aplicação prática pelo treino entre pares dos formandos.
Metodologia de Avaliação	Sem avaliação
Certificação	No final, será emitido o certificado de participação UMC com o respectivo número de horas.
Nº de participantes	6 - 9
Conteúdo programático	<ul style="list-style-type: none"> • Breve histórico e evolução do Gua Sha na Medicina Tradicional China (MTC). • Benefícios do Gua Sha. • Segurança e Contra-indicações. • Materiais e Preparação. • Demonstração e treino de técnicas de Gua Sha corporal com estudos de caso e aplicações. • Demonstração e treino de técnicas de Gua Sha facial com estudos de caso e aplicações.
Informação complementar	Aconselhamos a trazer roupa confortável para a parte prática da formação.
Contactos	Secretaria UMC Morada: Rua Camilo Castelo Branco, nº 2 – 5º Esq 1150-084 Lisboa Email: secretaria@umc.pt Telefone: + 351 213 555 006 Tlm / Whatsapp: 963 620 584 Horário: 09h00 – 16h00 (dias úteis)