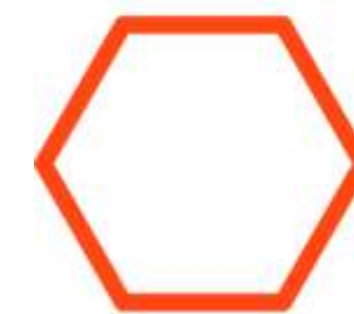


Estás preparado para uma formação completamente diferente de todas as que já fizeste?

**Então vem preparado para tudo!**



# COMUNICAÇÃO EM PÚBLICO & LIDERANÇA

ACADEMIA CARDIOVASCULAR DA SPC

**19 & 20  
NOVEMBRO'26**

Local:

Academia Cardiovascular  
da Sociedade Portuguesa  
de Cardiologia (Porto)

Diretor do Curso:  
Ricardo Ladeiras Lopes

Público-alvo:  
Profissionais de saúde das diversas  
áreas da medicina cardiovascular.



19 novembro 2026 | 14h00 – 18h00

## LIDERANÇA

13h30 – Abertura secretariado

14h00 – Boas Vindas e Momento Formativo 1

16h30 - Momento Formativo 2

18h00 - Momento de *Feedback* Individual

### IDENTIFICAÇÃO DO ESTILO DE LIDERANÇA

- Os diferentes estilos de liderança
- Como funciona o processo de liderança
- Quando e como utilizar cada um dos estilos de liderança
- Quais as capacidades a trabalhar para o estilo identificado

### A LIDERANÇA:

- Liderança- O que é?
- O que realmente importa em liderança
- O que é bonito na teoria mas não resulta na prática
- O caminho para se tornar num verdadeiro líder

### COMUNICAÇÃO: A CHAVE PARA A LIDERANÇA:

- Como comunicar e implementar uma decisão
- Comunicar para motivar
- Comunicação em situações difíceis
- Delegar tarefas de forma eficaz

### COMO SER VISTO COMO UM LÍDER:

- A linguagem não-verbal em liderança
- Como criar uma primeira impressão de liderança
- Pequenos pormenores, grandes resultados
- Aumentar diariamente a perceção de liderança

### TRANSMITIR FEEDBACK:

- Feedback Positivo
- Feedback de erro
- Feedback de evolução
- O que evitar ao dar feedback

### LIDERANÇA NO DIA-A-DIA:

- Como envolver a equipa nos objetivos e visão
- Liderar e comunicar em reuniões
- Construir uma equipa cada vez melhor
- Comunicar com os nossos próprios líderes

### LIDERANÇA NA PRÁTICA:

- Exercícios de liderança
- Simulações práticas de liderança

**A Pulsar Conhecimento, A Formar o Futuro da Cardiologia**

Rua do Campo Alegre 830, 2º Sala 8, 4150-180 Porto | 22 606 07 44 | academia.cardiovascular@spc.pt

20 novembro 2026 | 10h00 – 18h00

## COMUNICAÇÃO EM PÚBLICO

10h00 - Momento Formativo 3

13h00 - *Almço/Networking*

14h00 - Momento Formativo 4

16h00 - *Coffee Break/Networking*

16h30 - Momento Formativo 5

18h00 - Momento de *Feedback* Individual

### CONTROLO DE NERVOSISMO:

- Aumento da segurança e conforto ao enfrentar um público
- Como passar uma imagem de confiança em contexto profissional
- Evitar as “brancas” de memória
- Técnicas práticas para controlar o nervosismo em situações de alta pressão

### PREPARAÇÃO E ESTRUTURA:

- Preparar uma apresentação cativante e eficaz
- Como manter a atenção da audiência
- Estruturar um discurso memorável
- Destacar a sua marca de Comunicação

### LINGUAGEM NÃO-VERBAL:

- Postura e Gesticulação
- Contacto Visual e Movimentação

### UTILIZAÇÃO ESTRATÉGICA DA VOZ:

- Colocação da voz – em sala e auditório
- Criar impacto com a voz
- Estratégias de ritmo, pausas e tom
- Como evitar bengalas verbais (Ahh/Ok /Hum)

### SUPORTE DIGITAL: POWERPOINT:

- Usar o PowerPoint com sistema de notas
- Garantir que é a sua comunicação a brilhar
- Como criar grandes momentos durante a apresentação
- Como maximizar a atenção da audiência através do PowerPoint

### COMO COMUNICAR ONLINE: VIDEOCHAMADAS:

- Como posicionar a câmara para passarmos uma melhor imagem
- Linguagem não verbal em câmara
- Contacto visual: como criar ligação com a audiência em formato online
- Como garantir a melhor luz e som

### O QUE REALMENTE IMPORTA EM COMUNICAÇÃO:

- Os dois passos fundamentais em comunicação
- A grande dicotomia de Falar em Público
- Perceção é realidade
- Os maiores erros a evitar ao Falar em Público