

ID	2671
Unidade Curricular	Medicina do Treino Desportivo
Regente	José Henrique Fuentes Gomes Pereira
Objectivos	A perspetiva médica do treino ocupa um espaço muito significativo na preparação do atleta de rendimento. Neste contexto, a presente disciplina objetiva o conhecimento da fundamentação científica e técnica de temas e procedimentos médicos relacionados com o treino desportivo.
Conteúdos Programáticos em Syllabus	<p>1. Resenha histórica sobre a Medicina aplicada à atividade desportiva</p> <p>2. Organização de um serviço de Medicina Desportiva de apoio ao treino. Relação médico-atleta-treinador. O apoio médico-desportivo em modalidades individuais e coletivas.</p> <p>3. O exame médico conducente à concessão de aptidão médico-desportiva. Nas atividades desportivas em geral. No desporto de competição. Critérios de exclusão. Critérios que justificam restrições específicas.</p> <p>4. Treino desportivo no jovem. Lesões musculó-esqueléticas na pré-adolescência e adolescência. Reabilitação do atleta jovem. Medicina do treino das qualidades físicas no jovem. Riscos e limitações</p> <p>5. Nutrição desportiva. Ajudas ergogénicas. Dopagem. Ganho e perda de massa corporal - estratégias, benefícios e riscos. Dietética desportiva. Hidratação e rehidratação. Substâncias ergogénicas lícitas. A legislação anti-dopagem.</p> <p>6. Treino e condições do meio ambiente. Adaptações fisiológicas à hipobária e hiperbária. Adaptações fisiológicas ao estado</p>
Avaliação	Elaboração de trabalho e discussão oral.
Bibliografia	<p>Bahr, R., Mæhlum, S. Clinical Guide to Sports Injuries. Human Kinetics, 2004.</p> <p>Burke, L., Deakin, V. Clinical Sports Nutrition. Third Ed., McGraw-Hill, 2007.</p> <p>Brukner, P., Khan, K. Clinical Sports Medicine. Third Ed., McGraw-Hill, 2007.</p> <p>Ehrman, J. K., Gordon, P. M., Visich, P. S., Keteyian, S. J. Clinical Exercise Physiology. Human Kinetics, 2003.</p> <p>MacAuley, D., Best, T. Evidence-based Sports Medicine. BMJ Books, 2004.</p> <p>MacAuley, D. Oxford Handbook of Sport and Exercise Medicine. Oxford University Press, 2007.</p> <p>Eustace, S., Johnston, C., O'Neill, P., O'Byrne, J. Sports Injuries. Examination, Imaging and Management. Churchill Livingstone. Elsevier, 2007.</p> <p>Peterson, L., Renstrom, P. Sports Injuries. Their prevention and treatment. Martin Dunitz, 2002.</p> <p>Mellion, M. B., Walsh, S., Shelton. The team physician handbook. Hanley & Belfus/Philadelphia, 2002.</p> <p>Viru, A., Viru, M. Biochemical Monitoring of Sport Training. Human Kinetics, 2001.</p>