

ID	3060
Unidade Curricular	Exercício e Doenças Crónicas
Regente	José Henrique Fuentes Gomes Pereira
Objectivos	<p>Identificar, compreender e descrever os mecanismos fisiopatológicos subjacentes a cada patologia constante do conteúdo programático.</p> <p>Conhecer os efeitos do exercício nessas patologias, no âmbito da prevenção e terapêutica.</p> <p>Dominar os fundamentos teóricos que fundamentam as metodologias de prescrição do exercício nas situações patológicas consideradas no conteúdo programático.</p>
Conteúdos Programáticos em Syllabus	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conceito de doença, saúde e condição física. 2. Patologia Cardiovascular. Doença isquémica do miocárdio. 3. Outras Patologias Cardiovasculares: Hipertensão; Insuficiência cardíaca; Doença valvular; Doença arterial periférica. 4. Patologia do Aparelho Respiratório. Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica. Doença Pulmonar Restritiva Crónica. Asma. 5. Patologias metabólicas: Dislipidemias; Obesidade; Diabetes; Síndrome metabólico. 6. Patologia músculo-osteo-articular. Osteoporose. Artrite e Artrose. Sarcopenia. Fibromialgia.
Avaliação	<p>Curso teórico com uma característica eminentemente expositiva (2 h/semana). Curso teórico-prático (1,5 h/semana), onde o estudante resolve situações-problema de acordo com uma ficha orientadora, uma para cada sessão, de acordo com o programa do curso teórico. Para o desenvolvimento e explanação dos diferentes assuntos constantes do programa, são utilizados diapositivos em suporte powerpoint, ao qual os estudantes têm acesso. O suporte bibliográfico para cada assunto é constituído por um livro base, à guisa de “livro de texto” e referências específicas para cada assunto. A avaliação é constituída por um teste escrito em duas modalidades: 1) teste de escolha múltipla, 2) pergunta de desenvolvimento sobre temas selecionados, 1 tema por aluno, realizado em 24 horas, com consulta e segundo regras rígidas de redação – tipo artigo de revisão. Os estudantes aprovados podem realizar uma prova oral se pretenderem.</p>

Bibliografia

ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription [Spiral-Bound] American College of Sports Medicine. Eighth Ed, 2010.
L. Larry Durstine, Geoffrey E. Moore, Patricia L. Painter, Scott O. Roberts. Exercise Management for persons with chronic diseases and disabilities. ACSM. UK, Third Ed., 2009.
Claude Bouchard, Steven N. Blair, William L. Haskell. Physical activity and health. UK, 2007.
Jonathan K. Ehrman, Paul M. Gordon, Paul S. Visich, Steven J. Keteyian. Clinical Exercise Physiology. UK, 2003.