

ID	3862
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	<ol style="list-style-type: none">1. Resenha histórica sobre a Medicina aplicada à atividade desportiva.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.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.4. Treino desportivo no jovem. Lesões musculoesqueléticas na pré-adolescência e adolescência. Reabilitação do atleta jovem. Medicina do treino das qualidades físicas no jovem. Riscos e limitações.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.6. Treino e condições do meio ambiente. Adaptações fisiológicas à hipobária e hiperbária. Adaptações fisiológicas ao estado (...)
Avaliação	Elaboração de trabalho e discussão oral.

Bibliografia

- Bahr, R., Mæhlum, S. Clinical Guide to Sports Injuries. Human Kinetics, 2004.
- Burke, L., Deakin, V. Clinical Sports Nutrition. Third Ed., McGraw-Hill, 2007.
- Brukner, P., Khan, K. Clinical Sports Medicine. Third Ed., McGraw-Hill, 2007.
- Ehrman, J.K., Gordon, P.M., Visich, P.S., Keteyian, S.J. Clinical Exercise Physiology. Human Kinetics, 2003.
- MacAuley, D., Best, T. Evidence-based Sports Medicine. BMJ Books, 2004.
- MacAuley, D. Oxford Handbook of Sport and Exercise Medicine. Oxford University Press, 2007.
- Eustace, S., Johnston, C., O'Neill, P., O'Byrne, J. Sports Injuries. Examination, Imaging and Management. Churchill Livingstone. Elsevier, 2007.
- Peterson, L., Renstrom, P. Sports Injuries. Their prevention and treatment. Martin Dunitz, 2002.
- Mellion, M.B., Walsh, W.M., Shelton, G.L. The team physician handbook. Hanley & Belfus/Philadelphia, 2002.
- Viru, A., Viru, M. Biochemical Monitoring of Sport Training. Human Kinetics, 2001.