

<b>ID</b>	499
<b>Unidade Curricular</b>	Exercício e Saúde Infantil
<b>Regente</b>	Maria Helena Santa Clara Pombo Rodrigues
<b>Objectivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sistematizar os conceitos teóricos, suportados pelos resultados da investigação, que estão inerentes à educação da aptidão física orientada para o desenvolvimento harmonioso da criança e adolescente.</li> <li>2. Conhecer a fisiopatologia de doenças crónicas infantis e suas consequências ao nível da prática da atividade física e do envolvimento em programas de exercício físico.</li> <li>3. Dominar a prescrição do exercício relacionado com a saúde para criança e adolescente.</li> </ol>
<b>Conteúdos Programáticos em Syllabus</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atividade física e saúde na criança e no adolescente. Conhecer e compreender os benefícios da atividade física regular na criança e no adolescente.</li> <li>2. Aptidão física e saúde. Interpretar os valores das áreas de aptidão física e sua importância para a saúde infantil.</li> <li>3. Compreender a importância da relação entre a composição corporal, desordens metabólicas e o nível de atividade física com a saúde infantil.</li> <li>4. Compreender o Modelo Conceptual da Promoção da Atividade Física na criança e adolescente.</li> <li>5. Doenças crónicas e exercício físico na criança e adolescente.</li> <li>6. Prescrição do exercício para a criança e adolescente saudável e na presença de doenças crónicas.</li> <li>7. Procedimentos éticos na investigação com crianças e adolescentes.</li> <li>5. Doenças crónicas e exercício físico na criança e adolescente.</li> <li>6. Prescrição do exercício para a criança e adolescente saudável e na presença de doenças crónicas.</li> <li>7. Procedimentos éticos na investigação com crianças e adolescentes.</li> </ol>
<b>Avaliação</b>	exame final
<b>Bibliografia</b>	<p>Bibliografia principal:</p> <p>ACSM's Guidelines for exercise testing and prescription. 8 edição, Wolters Kluwer Lippincott Williams and Wilkins, 2010</p> <p>Armstrong, N. &amp; Mechelen, W. (2000). Paediatric exercise science and medicine. NY: Oxford Medical Publications.</p> <p>. Goldberg, B. (1995). Sports and exercise for children with chronic health conditions. Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Bibliografia complementar:</p> <p>Artigos de revistas científicas indexadas e Posições de Consenso de Organizações internacionais pediátricas sobre o exercício e a criança</p>