



UC PERCURSOS COMPLEMENTARES EM MEDICINA

Atividade Física e Saúde em Populações Especiais

Programa

20 de setembro	Moderadores Cristina Nogueira-Silva Víctor Machado Reis	Sala
09.00 – 9.30 Introdução ao Curso	Cristina Nogueira-Silva (EM-UM); Víctor Machado Reis (UTAD; CIDESD)	A1.05
09.30 – 10.30 Conceitos de atividade física, exercício e treino desportivo	Maria Paula Santos (FADE-UP)	
11:00 – 12.00 Benefícios e riscos da atividade física e do exercício na prevenção de doença	Maria Paula Santos (FADE-UP)	
12:00 – 13.00; 14.30 – 17.30 Métodos de avaliação da atividade física, da composição corporal e da aptidão física	Maria Paula Santos (FADE-UP)	
21 de setembro	Moderadores Cristina Nogueira-Silva	Sala
09.00 – 10.00 Bioenergética e adaptações metabólicas a diferentes modos de exercício	Paula Ludovico (EM-UM)	A1.05
10.15 – 11.15 Adaptações cardiovasculares agudas e crónicas ao exercício	Eduardo Vilela (CHVNG)	
11:30 – 12.30 Adaptações ventilatórias agudas e crónicas ao exercício	Eduardo Vilela (CHVNG)	
14.00 – 15.00 Adaptações musculo-esqueléticas agudas e crónicas ao exercício	Rui Duarte (EM-UM)	
15.00 – 16.00 Adaptações neuro-endócrinas agudas e crónicas ao exercício	Maria Miguel Gomes (EM-UM)	
16.30 – 18.00 Adaptações fisiológicas ao exercício físico nos extremos de vida, gravidez e pós-parto	Paulina Barbosa (HB); Raquel Rodrigues (HB)	
22, 23 e 24 de setembro	Autoaprendizagem	Online



MinhoMD

Aprendizagem orientada para resultados em saúde



Universidade do Minho
Escola de Medicina

27 de setembro	Moderadores Cristina Nogueira-Silva Hélder Fonseca (FADE-UP)	Sala
09.00 – 12.00 Princípios da prescrição de exercício nas doenças cardiovasculares: insuficiência cardíaca, doença coronária aterosclerótica e hipertensão arterial	Fernando Ribeiro (iBiMED; UA)	A1.05
14.00 – 16.00 Princípios da prescrição de exercício nas doenças metabólicas: obesidade e diabetes mellitus tipo 1 e tipo 2	Romeu Mendes (ARS Norte, DGS, ISPUP)	Zoom
28 de setembro	Moderadores Hélder Fonseca (FADE-UP)	Sala
09.00 – 11.00 Princípios da prescrição de exercício nas doenças respiratórias: asma e DPOC	José Carlos Carneiro (CHMA)	A1.05
11.30 – 13.30 Princípios da prescrição de exercício nas doenças músculo-esqueléticas: sarcopenia, osteoporose e osteoartrite	Eduardo Teixeira (IPVC; CIAFEL)	
29 de setembro	Moderadores Cristina Nogueira-Silva Hélder Fonseca (FADE-UP)	Sala
10.30 – 12.30 Princípios da prescrição de exercício no doente oncológico, imunodeprimido e pré-habilitação para cirurgia	Alberto Alves (ISMAI; CIDESD)	A1.05
14.30 – 17.30 Princípios da prescrição de exercício na gravidez e pós-parto	Luísa Soares Miranda (CHUP; CIAFEL)	
30 de setembro	Autoaprendizagem	Online
1 de outubro	Moderadores Cristina Nogueira-Silva Víctor Machado Reis	Sala
Trabalho de grupo: preparação do trabalho final	Online	Online



MinhoMD

Aprendizagem
orientada
para resultados
em saúde



Universidade do Minho
Escola de Medicina

4 e 6 de outubro	Moderadores Victor Machado Reis	Sala
09.00 – 12.30; 14.00 – 17.00 Princípios básicos da prescrição e monitorização da atividade física	Víctor Machado Reis (UTAD; CIDESD	A0.02 / Ginásio
7 de outubro	Moderadores Cristina Nogueira-Silva Victor Machado Reis	Sala
09.00 – 11.00 Modelos de promoção da atividade física e custo-benefício de programas de atividade física	Romeu Mendes (ARS Norte, DGS, ISPUP)	A1.05
11.30 - 13.00; 14.00 - 17.30 Importância dos programas comunitários de atividade física para grupos especiais	Romeu Mendes (ARS Norte, DGS, ISPUP)	A1.05
8, 11 e 12 de outubro	Moderadores Cristina Nogueira-Silva Victor Machado Reis	Sala
Trabalho de grupo: preparação do trabalho final	Online	Online
13 de outubro	Moderadores Cristina Nogueira-Silva Victor Machado Reis	Sala
08.30 - 13.00; 14.00 - 18.00 Apresentação do trabalho final	Cristina Nogueira-Silva (EM-UM); Víctor Machado Reis (UTAD); CIDESD	A1.05