

Exercício Clínico

- **6 ECTS**
- **1.º Ano, 2.º Semestre**

| Área Científica

Ciências do Desporto (CD)

| Objetivos de Aprendizagem

- Conhecer os princípios fundamentais do exercício clínico adjudicando-os na prescrição de exercício físico;
- Compreender os determinantes funcionais decorrentes das patologias músculo-esqueléticas aplicando-os à prática de exercício;
- Conhecer os constrangimentos implícitos e específicos das doenças cardiovasculares e respetivas recomendações de exercício para uma adequada prescrição de treino;
- Conhecer os princípios e recomendações de exercícios nas doenças endócrinas e metabólicas aplicando-os ao contexto desportivo;
- Identificar os riscos, aspetos clínicos e precauções relevantes das doenças oncológicas adjudicando-os à prática de exercício físico;
- Identificar as capacidades motoras e funcionais a desenvolver na gravidez e pós-parto.

| Conteúdos Programáticos

- I. Introdução ao exercício clínico;
- II. O exercício clínico nas doenças músculo-esqueléticas; avaliação e prescrição de exercício;
- III. O exercício clínico nas doenças cardiovasculares; prescrição e monitorização de exercício;
- IV. O exercício clínico nas doenças endócrinas e metabólicas, avaliação e prescrição de exercício;
- V. O exercício clínico nas doenças oncológicas; avaliação, prescrição e monitorização de exercício;
- VI. O exercício clínico na cada fase da gravidez e pós-parto:

| Metodologia de Ensino

Aulas Ensino teórico: Sessões de exposição teórica pontual dos conteúdos programáticos, com reflexão coletiva e discussão. Ensino teórico-prático: Reflexão/análise dos conteúdos abordados, privilegiando o trabalho em pequenos grupos. Ensino prático-laboratorial: Exploração e aplicabilidade de instrumentos de avaliação abordados nas aulas teóricas. Orientação tutorial: esclarecimento de dúvidas e auxílio nas matérias referentes ao estudo autónomo.