



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
FACULDADE DE FISIOTERAPIA E TERAPIA OCUPACIONAL
CURSO DE FISIOTERAPIA
PLANO ENSINO
QUINTO SEMESTRE DE FISIOTERAPIA



MÓDULO	MÓDULO 14 - SAÚDE DO ATLETA
CÓDIGO	FISI007
CH	150H
EMENTA	<p>FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO</p> <ul style="list-style-type: none">• Energia para a atividade física• Sistemas de fornecimento e utilização de energia• Sistemas aeróbicos de fornecimento e utilização de energia• Aprimoramento da capacidade e transferência de energia• Exercício em estresse ambiental• Composição corporal <p>FISIOTERAPIA ESPORTIVA</p> <ul style="list-style-type: none">• Introdução a fisioterapia esportiva• Avaliação pré-participação, avaliação primária e avaliação secundária do atleta• Gerenciamento de risco no esporte• Aplicação das Modalidades e exercícios terapêuticos na reabilitação esportiva• Fundamentos de biomecânica aplicadas ao esporte• Aspectos da mulher na prática da atividade física e esporte• Aspectos da criança e adolescente na prática da atividade física e esporte• Ação multiprofissional no esporte
OBJETIVOS	<p>Identificar as principais fontes e sistemas de energia para realização de atividade física. Compreender as formas de aprimoramento da capacidade e transferência de energia. Especificar as alterações causadas pelo exercício físico nos diferentes sistemas do corpo humano. Identificar as adaptações do corpo em exercícios realizados em situação de estresse ambiental. Avaliar os aspectos antropométricos e de funcionalidade de praticantes de atividade física. Identificar os aspectos multifatoriais, intrínsecos e extrínsecos, das lesões esportivas nos níveis de atendimentos emergenciais, primário, secundário e terciário. Caracterizar as lesões esportivas e os fatores de risco intrínsecos e extrínsecos que interferem no desempenho do atleta. Aplicar técnicas e recursos fisioterapêuticos nas gerências dos riscos das lesões esportivas. Entender a importância da equipe multiprofissional para o suporte do atleta. Avaliar globalmente o atleta e emitir diagnóstico cinético-funcional, metas, tempo de tratamento e limitações do atendimento fisioterápico.</p>
REFERÊNCIAS BÁSICAS	<p>PRENTICE, W.E. Fisioterapia na Prática Esportiva: uma abordagem baseada em evidência. 14 Ed. Porto Alegre: Artmed, 2012. MCARDLE, W. D.; KATCH, F. I.; KATCH, V. L. Fisiologia do Exercício: nutrição e desempenho humano. 5. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003. American College of Sports Medicine. Pesquisas do ACSM para a Fisiologia do Exercício Clínico. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2004.</p>
CONTEÚDOS	<p>1 - FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO</p> <p>ENERGIA PARA A ATIVIDADE FÍSICA</p> <ul style="list-style-type: none">- Introdução a transferência de energia.- Transferência de energia no corpo humano.- Transferência de energia no exercício.- Medida do dispêndio de energia humana.- Consumo de energia humana no repouso e no exercício. <p>SISTEMAS DE FORNECIMENTO E UTILIZAÇÃO DE ENERGIA</p> <ul style="list-style-type: none">- Troca, transporte e dinâmica da ventilação pulmonar.- Capacidade funcional do sistema cardiovascular.- Estrutura e função do músculo estriado esquelético.- Controle e alterações nervosas do exercício.- Controle e alterações hormonais do exercício. <p>SISTEMAS AERÓBICOS DE FORNECIMENTO E UTILIZAÇÃO DE ENERGIA</p> <ul style="list-style-type: none">- Pulmonar<ul style="list-style-type: none">o Função pulmonar, aptidão aeróbica e desempenho nos exercícioso O trato respiratório durante exercício em clima frioo Regulação da ventilação durante o exercícioo Ventilação pulmonar durante o exercícioo Equilíbrio ácido básicoo Efeito do exercício intensivo- Cardiovascular<ul style="list-style-type: none">o Resposta da pressão arterial ao exercícioo Regulação e integração cardiovascular ao exercícioso Débito cardíaco durante o exercícioo Ajustes cardiovasculares ao exercício realizado com membros superiores- Músculo esquelético<ul style="list-style-type: none">o Tipos de fibras entre grupos atléticos- Sistema endócrino<ul style="list-style-type: none">o Secreções endócrinas em repouso e induzidas pelo exercício

- Hormônios gonadais
 - o Treinamento com exercícios e função endócrina

APRIMORAMENTO DA CAPACIDADE E TRANSFERÊNCIA DE ENERGIA

- Treinamento para potência aeróbia e anaeróbia
- Força muscular: treinando os músculos para se tornarem fortes
- Recursos especiais para o treinamento com exercícios e desempenho

EXERCÍCIO EM ESTRESSE AMBIENTAL

- Altitude
- Temperatura
- Mergulho em profundidade
- Microgravidade

COMPOSIÇÃO CORPORAL

- Avaliação da composição corporal
- Somatotipo, desempenho e atividade física
- Sobrepeso, obesidade e controle ponderal

2 - FISIOTERAPIA ESPORTIVA

TÓPICOS INTRODUTÓRIOS.

- Campo de atuação do Fisioterapeuta esportivo
- A diferença entre atletas profissional, amador e recreacional.
- A relação entre fisioterapeuta e educador físico

GERENCIAMENTO DE RISCO

Técnicas de condicionamento

- Princípio do condicionamento
 - o Aquecimento e resfriamento
 - o Resistência cardiorrespiratória
 - o Força, resistência e potência muscular
 - o Flexibilidade.
 - o Controle neuromuscular
 - o Postura e equilíbrio
- Periodização do condicionamento

Considerações ambientais

Hipertermia e Hipotermia
Insolação e Proteção contra raios
Poluição do ar
Disritmia cardíaca
Pisos esportivos
Equipamentos esportivos

Equipamentos de proteção usados no esporte

AVALIAÇÃO DO ATLETA

Avaliação pré-participação
O ambiente de treinamento
Material e vestuário
Avaliação funcional
Atendimento de emergência no campo
Plano de ação emergencial
Princípio da avaliação da lesão em campo

- Investigação primária
- Investigação secundária
- Movimentação e transporte do paciente lesionado
- Atendimento emocional de emergência
- Avaliação fora de campo
- Diagnóstico e avaliação clínica
- Conhecimentos básicos
- Avaliação do progresso
- Notas SOAP
- Exames e testes diagnósticos adicionais

Avaliação de risco ergonômico

MODALIDADES TERAPÊUTICAS E EXERCÍCIOS TERAPÊUTICOS NA REABILITAÇÃO ESPORTIVA

CONSIDERAÇÕES DA BIOMECÂNICA APLICADAS AO ESPORTE

CONSIDERAÇÕES DA MULHER NO ESPORTE

CONSIDERAÇÕES DA CRIANÇA E ADOLESCENTE NO ESPORTE

EPIDEMIOLOGIA DAS LESÕES ESPORTIVAS

- Definição de lesão esportiva
- Classificação
- Fatores internos e externos relacionados a lesão no esporte
- Incidência x Prevalência

TÓPICOS ESPECIAIS

- Nutrição esportiva
- Doping esportivo
- Psicologia no esporte
- Mulher no esporte
- Crianças e adolescente no esporte

TABELA DE DISTRIBUIÇÃO DE CARGA HORÁRIA NO MÓDULO E ATIVIDADES

	ATIVIDADES	CH/SEMANA	FORMA DE AVALIAÇÃO	DURAÇÃO	CH TOTAL	CH PRÁTICA	CH TEÓRICA	CH EXTENSÃO	% AVALIAÇÃO	LIMITE DE FALTA 25%
MÓDULO 14	TUTORIA/TBL	8	ficha de avaliação da tutoria ou pontuação do TBL	5 semanas	40	-	40	-	50%	10 HORAS
	MORFOFUNCIONAL	6	roteiro de estudo	5 semanas	30	30	-	-	0%	7,5 HORAS
	CONFERÊNCIAS	4	presença e participação	5 semanas	20	-	20	-	0%	5 HORAS
	AUTONOMIA	8	estudo independente	5 semanas	36	-	36	-	0%	10 HORAS
	METODOLOGIA PESQUISA	2		5 semanas	20	-	20	-	20%	5 HORAS
	PROVA		objetiva e discursiva	1 semana	4				30%	37,5 HORAS
	TOTAL	26H		5 semanas	150	30	110		100%	
ATIVIDADES	LAHAPRO	2	ficha de avaliação do LAHAPRO	5 semanas	10	10	-	-	40%	2,5 HORAS
	APA	2	ficha de avaliação da APA	5 semanas	10	10	-	10	40%	3,7 HORAS
	SIS	1		5 semanas	5	5	-	5	40%	1,25 HORAS

*60% da nota de APA 5, LAHAPRO 5 e SIS 5 correspondem às atividades desenvolvidas no Módulo 13 (Saúde da Criança) ministrado no quinto período do curso de fisioterapia.