

Ano	2022
Tp. Período	Anual
Curso	EDUCAÇÃO FÍSICA - Bacharelado (081)
Disciplina	3287 - PRESCRICAO DE EXERCICIO FISICO PARA SAUDE
Turma	EFI

Carga Horária: 102

PLANO DE ENSINO

EMENTA

Estudo da fisiopatologia das doenças cardiovasculares, pulmonares, metabólicas, imunológicas, osteoarticulares musculares e oncológicas. Adequação dos métodos de planejamento e dos princípios de prescrição de exercício físico para melhoria da condição de saúde.

I. Objetivos

Identificar populações e situações especiais de saúde que compõe o universo e atuação do profissional de educação física;
Compreender as peculiaridades fisiológicas dessas populações especiais.
Conhecer as diretrizes gerais para a prescrição e orientação de atividades físicas para essa população em situação especial de saúde.
Elaborar programa de atividades físicas para a população em situação especial de saúde.

II. Programa

UNIDADE 1 – Fundamentos e Conceitos

Conceitos de avaliação física para grupos especiais em saúde;

Aptidão física relacionada à saúde e programas de avaliação para populações especiais;

Exercício clínico baseado em evidências;

Recomendações de exercício físico gerais (população saudável).

Exercícios físico, Comportamento sedentário, longevidade e Mortalidade prematura;

Imunometabolismo, Inflamação e comunicação cruzada entre tecidos;

UNIDADE 2 – Condições Neurológicas

Prescrição de exercício físico para Depressão;

Prescrição de exercício físico para Ansiedade;

Prescrição de exercício físico para Demência e doença de Parkinson.

Incluir TDAH; Fibromialgia

UNIDADE 3 – Condições Hemodinâmicas e Metabólicas

Prescrição de exercício físico para Diabetes;

Prescrição de exercício físico para Hipertensão;

Prescrição de exercício físico para Obesidade;

Prescrição de exercício físico para Síndrome Metabólica;

Prescrição de exercício físico para Doença Renal.

UNIDADE 4 – Condições Cardiovasculares

Prescrição de exercício físico para hipercolesterolemia;

Prescrição de exercício físico para doença arterial coronariana;

Prescrição de exercício físico para doença arterial periférica;

Prescrição de exercício físico para insuficiência cardíaca;

Prescrição de exercício físico e acidente vascular cerebral;

Prescrição de exercício físico e infarto agudo do miocárdio;

Prescrição de exercício físico após revascularização;

Prescrição de exercício físico após transplante de coração.

UNIDADE 5 – Condições Respiratórias

Prescrição de exercício físico para doença pulmonar obstrutiva crônica

Prescrição de exercício físico para asma;

Prescrição de exercício físico para fibrose cística.

Prescrição de exercício físico para síndrome pós-covid19;

UNIDADE 6 – Condições musculoesqueléticas

Prescrição de exercício físico para Sarcopenia;

Prescrição de exercício físico para Osteoartrite;

Prescrição de exercício físico para Osteoporose;

Prescrição de exercício físico para Obesidade Osteosarcopênica;

Prescrição de exercício físico para Artrite reumatoide.

Prescrição de exercício físico para Lombalgia/Alterações posturais.

UNIDADE 7 – Outras Populações Especiais

Prescrição de exercício físico para câncer;

Prescrição de exercício físico e HIV/AIDS;

Prescrição de exercício físico para multimorbidade;

Prescrição de exercício físico para Grávidas e Puérperas.

Prescrição de exercício físico para Crianças e adolescentes.

III. Metodologia de Ensino

Ano	2022
Tp. Período	Anual
Curso	EDUCAÇÃO FÍSICA - Bacharelado (081)
Disciplina	3287 - PRESCRICAO DE EXERCICIO FISICO PARA SAUDE
Turma	EFI

Carga Horária: 102

PLANO DE ENSINO

Aulas expositivas
Aulas práticas em campo e laboratório;
Aprendizagem baseada em problemas (Estudo de casos).

IV. Formas de Avaliação

Uma prova teórica por unidade; Estudos de casos.

1º Semestre - Média aritmética das provas

2º Semestre - Média aritmética das provas

Nota final – média das notas semestrais

Recuperação do desempenho acadêmico

Será aplicada uma avaliação de recuperação em cada semestre, ao final do período letivo semestral, com todo o conteúdo administrado, aos alunos que não atingirem a média/semestre de 7,0.

V. Bibliografia

Básica

- 1.AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (ACSM). Manual de pesquisa das diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005. 704 p.
- 3.NIEMAN, David C. Exercício e saúde. São Paulo: Manole, 1999. 317p.
- 4.ROBERGS, Robert A; ROBERTS, Scott A. Princípios fundamentais de fisiologia do exercício para aptidão, desempenho e saúde. São Paulo: Phorte 2002.

Complementar

- 1.LEMURA, L. M.; DUVILLARD, S.P.V. Fisiologia do exercício clínico. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005. 704 p.
- 2.EHRMAN J.K.; GORDON, P.M.; VISICH, P.S.; KETEYIAN, S.J. Fisiologia do exercício clínico. São Paulo: Phorte. 2017.
- 3.EYWARD, V.H. Avaliação física e prescrição de exercício: técnicas avançadas. 4.ed. Porto Alegre: Artmed, 2004. 319p.
- 4.SIMAO, R. Fisiologia e prescrição de exercícios para grupos especiais. São Paulo: Phorte, 2006. 152 p.
- 5.BALSAMO, S.; SIMÃO, R. Treinamento de força: para osteoporose, fibromialgia, diabetes tipo 2, artrite reumatoide e envelhecimento. Revisão de João Lindolfo C. Borges. 2. ed. São Paulo: Phorte, 2007. 171 p.
- 6.PEDERSON, B. K.; SALTIN, B. Exercise as medicine - evidence for prescribing exercise as therapy in 26 different chronic diseases. Scand J Med Sci Sports. 2015;25:1-72.
- 7.POLLOCK, M. L.; WILMORE, J. H. Exercícios na saúde e na doença: avaliação e prescrição para prevenção e reabilitação. 2. ed. Rio de Janeiro: Medsi, 1993. 718 p. SHARKEY, B.J. Condicionamento físico e saúde. Porto Alegre: Artmed, 1998. 389 p.

APROVAÇÃO

Inspetoria: DEDUF/G
Tp. Documento: Ata Departamental
Documento: 03
Data: 29/06/2022