

**Escola de Educação Física e Esporte****Biodinâmica do Mov Corpo Humano****Disciplina: EFB0108 - Exercício Físico e Doenças Crônico-Degenerativas**
Exercise in Chronic Disease

Créditos Aula:	5
Créditos Trabalho:	1
Carga Horária Total:	105 h
Tipo:	Semestral
Ativação:	01/01/2013
Desativação:	

Objetivos

Estudar a utilização do exercício físico na prevenção e tratamento de doenças crônico-degenerativas, discutindo as limitações, os benefícios e a prescrição adequada. Preparar o profissional da área de atividade motora para a atuação em equipes de saúde multidisciplinar e para a atuação como treinadores pessoais com pessoas portadoras de doenças crônico-degenerativas.

Docente(s) Responsável(eis)

84512 - Cláudia Lúcia de Moraes Forjaz

92995 - Patricia Chakur Brum

Programa Resumido

Nos últimos anos, as doenças crônico-degenerativas têm sido responsáveis por grande parte da mortalidade em nosso país. Devido a esse fato, muitos estudos têm procurado identificar formas de prevenção e tratamento dessas doenças. Nessa procura, a prática regular de exercícios físicos surge como uma importante conduta devido aos potenciais efeitos benéficos sobre a saúde. Entretanto, para que esses benefícios ocorram é necessário que o profissional da área de atividade motora tenha conhecimentos específicos das limitações à prática de exercícios físicos impostas por essas doenças, dos benefícios específicos que podem ser obtidos com o exercício e da forma adequada de se avaliar o praticante e prescrever um programa de exercício físico seguro e eficiente na presença dessas doenças.

Programa

Em cada um dos tópicos abaixo serão discutidos: a fisiopatologia, a sintomatologia, o diagnóstico, o tratamento, os riscos e benefícios do exercício físico, as formas de avaliação, a prescrição adequada de exercícios físicos e os cuidados específicos durante a execução do exercício.

a) Doenças Cardiovasculares

1. Aterosclerose
2. Insuficiência Coronariana
3. Hipertensão
4. Doenças Cerebrovasculares
5. Doença Vascular Periférica
6. Insuficiência Cardíaca
7. Arritmias

b) Doenças Endócrinas

1. Obesidade
2. Diabetes
3. Dislipidemias

c) Doenças Osteoarticulares

1. Osteoartrite
2. Osteoporose
3. Lombalgias
4. Cervicalgias
5. Miopatites

d) Doenças Neuropsiquiátricas

1. Epilepsia
2. Depressão

e) Doenças Respiratórias

1. Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica

f) Doenças Imunológicas

1. Síndrome da Imunodeficiência Adquirida – SIDA ou AIDS
2. Doença neoplásica – Câncer

- g) Doenças Renais
- 1. Doença Renal Crônica
- h) Outros
- 1. Climatério

Avaliação

Método

MÉTODOS UTILIZADOS

Aulas Expositivas, Exercícios em sala

Discussão de casos, Aulas práticas

ATIVIDADES DISCENTES

Assistir às aulas, Discutir os casos, Trabalhos

CARGA HORÁRIA SEMESTRAL

Aulas teóricas: 45 horas

Aulas práticas: 15 horas

Seminários: 15 horas

Outros: Crédito trabalho – 15 horas

Critério

17. CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE APRENDIZAGEM

Discussão aprofundada de casos.

Norma de Recuperação

18. NORMAS DE RECUPERAÇÃO:

Não haverá recuperação.

Bibliografia

1. AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. DIRETRIZES DO ACSM PARA OS TESTES DE ESFORÇO E SUA PRESCRIÇÃO, Guanabara Koogan, 2012 (ou mais recente).
2. BARROS, M.G.; CATTUZZO, M.T. (Org.). Atualização em Atividade Física e Saúde. Recife - PE: EDUPE, 2009
3. HARRISON. Medicina Interna. Cidade do México, Nueva Editorial, 1994.
4. HEYWARD VH. Advanced fitness assessment and exercise prescription. Champaign, Human Kinetics, 2002.
5. LEMURA LM; DUVILLARD, SP. Fisiologia do exercício clínico: aplicação e princípios fisiológicos. 2006.
6. NEGRAO, C.E.; BARRETTO, A.C.P. Cardiologia do Exercício: do atleta ao cardiopata. 3a. ed. São Paulo, Manole, 2010.
7. NIEMAN DC. Exercise testing and prescription: a health-related approach. 2007.
8. PINTO, A.L.S.; GUALANO, B.; LIMA, F.R., ROCHEL, H. Exercício físico nas doenças reumáticas. Savier, 2011
9. PLOWMAN SA, SMITH DL. Fisiologia do Exercício para saúde, aptidão e desempenho. Rio de Janeiro, Guanabara Koogan, 2009
10. RUNGE MS, GREGANTI MA. Medicina Interna de Netter. Artmed, 2003.
11. SILVA, M.R. ed. Fisiopatologia Cardiovascular. São Paulo, Atheneu, 2001.

Outros textos dados em aula.

DIRETRIZES ATUAIS DAS DIVERSAS DOENÇAS

[Clique para consultar os requisitos para EFB0108](#)

[Clique para consultar o oferecimento para EFB0108](#)

Créditos | Fale conosco

© 1999 - 2017 - Superintendência de Tecnologia da Informação/USP