



EXERCÍCIO
NAS POPULAÇÕES CLÍNICAS

19.2
CRÉDITOS
FORMAÇÃO CONTÍNUA
Conforme Despacho IPDJ

Novidade

DESTINATÁRIOS

Licenciados/Estudantes nas Ciências do Desporto, Nutrição, Dietética, e outras áreas da saúde, profissionais do exercício e saúde, treinadores, detentores do TPTEF (Título Profissional de Técnico de Exercício Físico) e DT (diretores técnicos)

DATAS, HORÁRIOS, LOCAIS E PROPINAS

Consulte www.manz.pt

PLANO DE ESTUDOS

| UNIDADES CURRICULARES | MÓDULOS | CARGA HORÁRIA |
|--|--|---------------|
| Fundamentos do Exercício nas Populações Clínicas | A Evidência Científica sobre o Exercício nas Pop. Clínicas | 6 |
| | Fundamentos da Modificação Comportamental | 6 |
| | Seminário | 6 |
| | | |
| Aplicações Específicas do Exercício nas Populações Clínicas | Congresso - A Visão Médica | 3 |
| | Congresso - A Visão dos Profissionais de Exercício | 6 |
| | Nutrição - Conceitos Fundamentais | 6 |
| | Obesidade | 6 |
| | Diabetes | 6 |
| | Hipertensão e outras doenças cardiovasculares | 6 |
| | Cancro | 6 |
| | Patologia Músculo-Esquelética | 12 |
| Aplicações Avançadas do Exercício nas Populações Clínicas | Nutrição - Aplicação Clínica | 6 |
| | Obesidade e Diabetes | 6 |
| | Hipertensão e Doenças Metabólicas | 6 |
| | Cancro da Mama e Patologia Músculo-Esquelética | 6 |
| | Seminário | 3 |

Total 96h

**PÓS-GRADUAÇÕES
ESPECIALIZAÇÕES
2017-2018**

Exercício nas
Populações Clínicas

OBJETIVOS

- Conhecer a principal evidência científica sobre o exercício físico nas populações clínicas.
- Compreender os fundamentos básicos e as técnicas associadas à necessária modificação comportamental para o exercício físico nas populações clínicas.
- Conhecer os fundamentos da nutrição clínica e a sua relevância na intervenção profissional com as diversas populações clínicas.
- Dominar o mais recente enquadramento de cada população clínica (conceito, classificação, etiologia e epidemiologia).
- Considerar os diversos benefícios e as eventuais contra-indicações associados à prática de exercício físico na obesidade, na diabetes, na hipertensão e em outras doenças cardiovasculares, no cancro e nas patologias músculo-esqueléticas.
- Dominar e aplicar metodologias específicas e avançadas de avaliação física e funcional, de prescrição de exercício e de acompanhamento/monitorização de forma segura e eficaz.

**COORDENADORES
PEDAGÓGICOS**
António Palmeira

COORDENAÇÃO CIENTÍFICA
Jorge Proença

DIREÇÃO EXECUTIVA
*Margarida Manz
Paulo Marques*

Corpo Docente



António Fortuna

- Licenciado em Educação Física e Desporto (ULHT)
- Responsável pela área do exercício físico na Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal



António Palmeira

- Professor Associado da Universidade Lusófona
- Doutoramento em Saúde e Condição Física, Mestre em Psicologia do Desporto e Licenciatura em Educação Física e Desporto, FMH/UTL
- Coordenador do Mestrado em Exercício e Bem-Estar e do Ramo de Especialização em Atividade Física e Saúde do Doutoramento em Educação Física e Desporto



Cristina Caetano

- Diretora Executiva do Ginásio Clube Português, responsável pelo Departamento de Exercício e Saúde
- Mestre em Ciências da Educação, Especialidade em Supervisão Pedagógica - Faculdade de Motricidade Humana, UTL
- Pós-graduada em Reabilitação Cardíaca - Faculdade de Motricidade Humana, UTL
- Pós-graduada em Gestão do Peso - Faculdade de Educação Física e Desporto, ULHT
- Licenciada em Educação Física e Desporto - Faculdade de Motricidade Humana, UTL



Eduardo Oliveira

- Coordenador do Programa de Exercício Físico da Associação MAMA HELP: Centro de Apoio a Doentes com Cancro da Mama
- Doutoramento em Ciências do Desporto pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto
- Professor Auxiliar Convidado da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto
- Mestrado em Treino de Alto Rendimento Desportivo pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto;
- Finalização do 1º ano do Mestrado em Oncologia do ICBAS



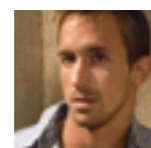
Joana Cruz

- Docente de Nutrição e Exercício (ISMAT - Portimão)
- Membro do Centro de Investigação em Desporto e Educação Física (CIDEF)
- Mestre em Exercício e Bem-Estar (ULHT)
- Licenciada em Ciências da Nutrição (ISSEM); Curso de Especialização em Nutrição (Faculdade Medicina UL)
- Nutricionista, com a Cédula Profissional N°1373N



Pedro Aleixo

- Docente da Faculdade de Educação Física e Desporto, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias
- Doutoramento em Educação Física e Desporto - especialização em Atividade Física e Saúde (ULHT)
- Mestrado em Exercício e Saúde, FMH/UTL
- Licenciatura em Educação Física, FMH/UTL
- Personal Trainer na área do Exercício e Saúde



Rodrigo Ruivo

- Mestre em Exercício e Saúde pela Faculdade de Motricidade Humana
- Doutorando em Motricidade Humana pela Faculdade de Motricidade Humana
- Docente Convidado na Licenciatura de Educação Física no ISCE
- Diretor do Centro Exercício e Formação Clínica das Conchas
- Editor de artigos científicos relacionados com temática do ombro
- Coordenador europeu dos delegados nacionais

Testemunhos Pós-Graduações



"Fantástico curso de liderança e coaching.

Um curso que nos transporta para uma valorização pessoal, com aplicação nas várias áreas de actuação diária, seja em casa, no trabalho, ou junto dos amigos.

Com este curso aprendemos a sermos mais nós e sermos mais para os outros.

Todas as palavras são curtas para exprimir o sentimento que levamos no final. É algo maravilhoso e mesmo muito bonito. Um preencher de alma e o primeiro passo para o caminho da excelência e realização pessoal. Mais uma vez, um obrigado muito grande ao António Sacavém."

TIAGO SOARES LOPES | Aluno da Pós-Graduação em Coaching - 2ª Edição



"O conhecimento na área do exercício e saúde é fundamental no dia a dia de um professor de fitness. Vejo a diferenciação através de formações específicas como um factor crítico de sucesso na minha atividade. A pós-graduação em treino funcional da Manz expandiu os horizontes para aquilo que pode ser o treino personalizado e a sua influência no bem estar das pessoas. Através da utilização das ferramentas e técnicas assimiladas, os treinos passaram a integrar uma componente mais funcional, orientados para o que são as exigências do dia a dia, e com resultados consolidados."

JORGE COSTA | Aluno da Pós-Graduação em Treino Funcional - 4ª Edição



"Já me tinha parecido bem claro que não é por qualquer razão que estamos a participar nesta pós-graduação! Todos vimos à procura de preencher um certo desconforto que sentíamos, um vazio que talvez a grande maioria não sabia como o preencher...embora para alguns de nós o grande objetivo será altruista no sentido de ajudar o próximo, penso que primeiramente procuramos a nossa própria evolução enquanto seres humanos. Procuramos explicação para muita coisa e um caminho verdadeiramente significativo!

Estou certa, que já todos começámos a sentir a diferença e a evolução em nós, que estes novos conhecimentos e estas ferramentas que nos estão a ser dadas, começam a fazer.

Fico muito feliz por ser uma destas pessoas!!!

Agradeço ao Universo por ter esta oportunidade, de partilharmos juntos as nossas transformações. Espero sinceramente, que nos encontremos e que desta forma possamos contribuir para um Mundo melhor! Que sejamos uma influência positiva em todos os que nos rodeiam e que também essas pessoas possam fazer parte dessa contribuição

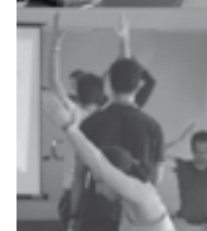
Alguém tem que marcar pela diferença!!! Que o sejamos todos nós :-)))))"

CARLA VALENTE | Aluno da Pós-Graduação em Coaching - 2ª Edição



"A Pós-Formação em Personal Trainer (PT) promovida pela Manz Produções, abriu-me as portas para o mercado de trabalho. Os conteúdos científicos e as ferramentas de trabalho ministrados na pós-graduação, foram instrumentos fundamentais para a minha formação enquanto PT. Através dos conhecimentos adquiridos tenho conseguido melhorar as capacidades das pessoas de forma a que elas possam tornar-se mais saudáveis e felizes. Estou imensamente grato à equipa de profissionais da Manz Produções."

MOISÉS LOURENÇO



"Após uns anos afastada profissionalmente do exercício, decidi regressar a esta área que me move. Tendo usado o Treino Funcional como parte do meu próprio treino com bons resultados nestes últimos anos, optei por me inscrever na pós-graduação de Treino Funcional Manz/ULHT.

Rapidamente me apercebi desta nova visão sobre o exercício, onde a individualização, a integração e a funcionalidade estão sempre presentes, tirando sempre partido das características do indivíduo para o desenvolver e aplicando estratégias bem definidas para trabalhar as suas limitações. Desde o processo de avaliação postural e funcional até à correção de desvios nos padrões de movimento, toda a metodologia passa pelo conceito de "movimento com qualidade".

Vim também a descobrir um corpo docente altamente qualificado, profissionalmente muito activo na área do Exercício, e sempre fortemente apoiado na ciência actual para justificar a sua metodologia - tanto durante a duração da formação, como mais tarde em situações profissionais.

A experiência foi de tal forma enriquecedora e útil, que optei voltar a fazer outras formações com este excelente grupo de profissionais, tendo enveredado pela formação em Exercício Corretivo para as Patologias da Coluna, e mais recentemente na pós-graduação em Reabilitação Física e Postural, que está em muito a superar as minhas expectativas - confirmando uma vez mais que foi a aposta certa!"

ANA CRESPO RAMOS