

PROGRAMA

II JORNADAS DE MEDICINA DO EXERCÍCIO E DESPORTO

03 JUN 2023

Auditório – Edifício CIM
Faculdade de Medicina
da Universidade do Porto

INSCRIÇÃO:
25 €

U.PORTO

FM UP

8h30:

Abertura do secretariado

9h00:

Abertura

MESA REDONDA:

Atividade Física integrada na Comunidade: o que há de novo?

MODERAÇÃO:
Manuel Gutierres

- Cuidados de saúde primários e atividade física: a importância de intervir e caminhos para o fazer
  Hugo Almeida
- Ciência, exercício e saúde:
  3 pilares ao serviço da População
  Ricardo Maia

10h45 - 11h15

Coffee break

11h15

MESA REDONDA:

A epidemia da epicondilite

MODERAÇÃO:
Helena Fernandes

- Epicondilite - abordagem do Ortopedista
  Miguel Trigueiros
- Como encarar a epicondilite?
  - perspetiva da reabilitação
  Rui Reis
- Como prevenir a epicondilite?
  André Vilela

13h-14h30

Almoço

14h30

MESA REDONDA:

O lado mental do desporto

MODERAÇÃO:
Luís André Alves

- O treino de competências psicológicas em jovens atletas
  Sofia Pinto
- Como ganhar usando a cabeça?
  Jorge Silvério
- O testemunho de um Selecionador
  Jorge Braz

16h15-16h45

Coffee break

16h45

MESA REDONDA:

Novas tendências no fortalecimento muscular: *blood flow restriction*

MODERAÇÃO:
Hugo Lopes

- Fortalecimento muscular na lesão desportiva
  Rui Martins da Siva
- O que é o *blood flow restriction*?
  Paulo Araújo
- *Blood flow restriction* no processo de reabilitação
  António Araújo

18h30

Comunicações livres

Presidente das Jornadas: **Prof. Doutor Manuel Gutierres**, Especialista em Ortopedia e Diretor da Pós-graduação de Reabilitação em Medicina do Exercício e Desporto da FMUP

Comissão Organizadora: **Dr.ª Helena Fernandes**, Especialista em Medicina Física e de Reabilitação e em Medicina Desportiva; **Carla Pinto**, E-Formadora na FMUP

Comissão Científica: **Prof. Doutor Pedro Cantista**, Especialista em Medicina Física e de Reabilitação; **Dr. José Ramos**, Especialista em Medicina Desportiva; **Dr.ª Maria João Sá**, Especialista em Medicina Geral e Familiar e em Medicina Desportiva; **Mestre Patrícia Gomes**, Podologia; **Mestre João Begonha**, Ciências do Desporto; **Fisioterapeuta Marco Fonseca**