

UNILUS
CENTRO UNIVERSITÁRIO LUSÍADA
PLANO ANUAL DE ENSINO

ANO	2010
------------	-------------

CURSO: Fisioterapia	
DEPARTAMENTO: Fisioterapia	
DISCIPLINA: Fisioterapia Desportiva	SÉRIE : 4 ^o
PROFESSOR RESPONSÁVEL: Esp. Avelino Ribeiro Buongermino	

CARGA HORÁRIA

SEMANAS	X	AULAS S/M	=	TOTAL
36		03		108

EMENTA

Atualização de conceitos de Anatomia, Fisiologia, Cinesiologia Aplicada e Biomecânica, que envolvem a atividade desportiva. Analisar os fatores que desencadeiam as lesões mais frequentes no esporte e despertar a consciência dos alunos para importância da fisioterapia preventiva no esporte.

OBJETIVOS

Levar aos alunos conhecimentos teórico-prático sobre fisioterapia desportiva, quanto ao seu dia a dia diante de uma equipe desportiva, as mais variadas situações que envolvem esta área, as lesões mais comuns e seu tratamento emergencial e a longo prazo, bem como os fatores de risco e principalmente a abordagem do paciente atleta e esportista.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Reforçar conceitos anatômicos, fisiológico e cinesiológico;
- Conhecer a biomecânica da lesão nos mais diferentes esportes;
- Demonstrar a eficiência da equipe multidisciplinar na prevenção e no tratamento das lesões do atleta;
- Demonstrar protocolos avançados de tratamento das lesões nos atletas;
- Demonstrar conceitos relacionados ao atendimento emergencial do atleta;
- Exemplificar os fatores de risco das atividades esportivas;
- Demonstrar métodos de avaliação no atleta e/ou esportistas.

METODOLOGIA

- **Aulas teóricas expositivas.**
 - Demonstrações práticas.
 - Utilização de recursos audiovisuais (multimídia, retroprojeter; projetor de slides).
 - Utilização do quadro-negro.
 - Palestras com Profissionais Convidados nas Diferentes Áreas de Atuação da Fisioterapia Desportiva.
- **Aulas Práticas**
 - Vivência prática em grupo da avaliação das diversas lesões no atleta;
 - Vivência prática em grupo dos métodos de reabilitação em atletas;
 - Vivência prática em grupo dos métodos de reabilitação/treinamento em atletas e esportistas;

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

- Prova teórica dissertativa e/ou testes de múltipla escolha;
- Prova prática e Trabalho específico em sala de aula.

- Projeto Integrador (20% da nota no 2º. e 4º. Bimestre)

PROGRAMA

- 1) Aspectos gerais da Disciplina
 - Definições e conceitos da disciplina;
 - Apresentação do programa, bibliografia e critérios de avaliação.
- 2) Avaliação do atleta e do esportista
 - Avaliação ortopédica, traumatológica e esportiva;
 - Conceitos de Fisiologia Aplicada a Fisioterapia Esportiva;
 - Conceitos nutricionais;
 - Conceitos psicológicos;
 - Avaliação isocinética
 - Princípios dos primeiros socorros em Lesões e Traumas.
- 3) Reabilitação do atleta e do esportista
 - Princípio da reabilitação;
 - Métodos terapêuticos;
 - Treino proprioceptivo;
 - Treino funcional;
 - Treino isocinético;
 - Interação terapeuta/treinador.
- 4) Ocorrência das lesões em determinados esportes
 - Lesões musculares;
 - Lesões ligamentares;
 - Lesões ósseas;
 - Principais lesões nos membros superiores e suas articulações;
 - Principais lesões nos membros inferiores e suas articulações;
 - Principais lesões na coluna vertebral;
- 5) Prevenção das lesões nos atletas e esportistas
 - A escolha do calçado;
 - Utilização do equipamento de proteção;
 - Aplicação de Bandagem Funcional
 - O aquecimento e o alongamento como prevenção de lesões.

BIBLIOGRAFIA

Bibliografia Basica

James R. Andrews & Gary L. Harrelson & Kevin E. Wilk - *Reabilitação Física das Lesões Desportivas*. Editora: Guanabara Koogan, 2000;

Peterson, L.; Renstrom, P. – *Lesões do esporte: prevenção e tratamento* Barueri, Manole, 2002

Cohen, M.; Abdalla, R.J. - *Lesões nos esportes: diagnóstico, prevenção e tratamento* Rio de Janeiro, Revinter, 2003

Bibliografia Complementar

Perrin, David H. Bandagens Funcionais e Órteses Esportivas. Ed. Artmed, 2ed, 2008.

Rockwood JR., CA et al - *Ombro* 2 ed. Rio de Janeiro, Revinter, 2002

Strobel, M.; Stedtfeld, H,N. – *Joelho: procedimentos diagnóstico* Rio de Janeiro, Revinter, 2000.

Lynn Allen Colby & Carolyn Kisner *Exercícios Terapêuticos: Fundamentos e técnicas* Editora Manole, 2004;

Zatsiorsky, Vladimir M. *Biomecânica no Esporte - Performance do Desempenho e Prevenção de Lesão*. Editora Guanabara Koogan, 2004;

