

## PLANO DE ENSINO

<b>I. IDENTIFICAÇÃO</b>	
UNIDADE ACADÊMICA: Faculdade de Nutrição	
CURSO: Pós-graduação <i>strictu sensu</i> em Nutrição e Saúde	
DISCIPLINA: Bases científicas do exercício aplicado a populações especiais	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 2 horas e 30 min	CARGA HORÁRIA TOTAL: 32 horas
DIA DA SEMANA E HORÁRIO: Início 27 de agosto – Término 05 de novembro. Terça-feira das 14h às 16h30m	LOCAL (ONDE SERÃO MINISTRADAS AS AULAS): Faculdade de Educação Física
ANO/SEMESTRE: 2019/2º semestre	TURNO/TURMA: vespertino
Nº VAGAS (ALUNOS REGULARES): 10	Nº VAGAS (ALUNOS ESPECIAIS): 2
PROFESSOR e CARGA HORÁRIA: Carlos Alexandre Vieira (disciplina teórica, 32 horas)	
<b>II. EMENTA</b>	
Estudo das alterações morfológicas e fisiológicas, agudas e crônicas, que ocorrem com o exercício aplicado à jovens, adultos e idosos, bem como em condições especiais: câncer, obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares, doenças neurológicas entre outras.	
<b>III. OBJETIVO GERAL</b>	
Apropriar-se dos conteúdos teóricos e metodológicos relacionados à produção de conhecimentos relacionados ao exercício e saúde, bem como compreender as particularidades dos programas de exercício aplicados as essas populações.	
<b>IV. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	
Compreender e orientar exercícios para as diferentes populações.	
<b>V. CONTEÚDO</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Identificação dos objetos de estudo dos alunos e suas relações com os temas a serem discutidos na disciplina;</li> <li>2) Conteúdos a serem explorados: Câncer e exercício; Disfunções do movimento e lesões; Aptidão física stress e depressão; Força muscular e envelhecimento humano; Saúde da criança e do adolescente; Práticas corporais integrativas; Doenças cardiovasculares e exercício;</li> </ol>	
<b>VI. METODOLOGIA E RECURSOS</b>	
Aulas expositivas, apresentação e discussão de temas relacionados a disciplina (seminários).	
<b>VII. PROCESSOS E CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Será obrigatória a frequência mínima de 85% (oitenta e cinco por cento) da carga horária da disciplina;</li> <li>- A avaliação final será realizada por meio de uma prova.</li> </ul>	
<b>VIII. AVALIAÇÃO</b>	
A nota final será dada pela nota obtida na avaliação final	

## IX. BIBLIOGRAFIA BÁSICA E COMPLEMENTAR

- ASCHNER, PM.; MUÑOZ, OM., GIRÓN, D. et al. Clinical practice guideline for the prevention, early detection, diagnosis, management and follow up of type 2 diabetes mellitus in adults. **Colombia Médica**: CM. 2016;47(2):109-131.
- APOVIAN, CM.; ARONNE, LJ. The 2013 American Heart Association/American College of Cardiology/The Obesity Society Guideline for the Management of Overweight and Obesity in Adults: What Is New About Diet, Drugs, and Surgery for Obesity? **Circulation**. 2015 Oct 20;132(16):1586-1. doi:10.1161/CIRCULATIONAHA.114.010772.
- BATTAGLINI, CL.; MILLS, RC.; PHILLIPS, BL. et al. Twenty-five years of research on the effects of exercise training in breast cancer survivors: A systematic review of the literature. **World J Clin Oncol** 2014;5(2):177-90.
- BOOTH, FW.; ROBERTS, CK.; LAYE, MJ. Lack of exercise is a major cause of chronic diseases. **Comprehensive Physiology**. 2012;2(2):1143-1211. doi:10.1002/cphy.c110025.
- CHODZKO-ZAJKO, WJ.; PROCTOR, DN.; FIATARONE SINGH, MA. et al. Exercise and physical activity for older adults. **Med Sci Sports Exerc** 2009;41(7):1510-30.
- ELLIS, T.; BOUDREAU, JK.; DEANGELIS, TR. et al. Barriers to Exercise in People With Parkinson Disease. **Physical Therapy**. 2013;93(5):628-636. doi:10.2522/ptj.20120279.
- GOISSER, S.; KEMMLER, W.; PORZEL, S. et al. Sarcopenic obesity and complex interventions with nutrition and exercise in community-dwelling older persons – a narrative review. **Clinical Interventions in Aging**. 2015;10:1267-1282. doi:10.2147/CIA.S82454.
- PEDERSEN, BK.; SALTIN, B. Exercise as medicine – evidence for prescribing exercise as therapy in 26 different chronic diseases. **Scand J Med Sci Sports** 2015: (Suppl. 3) 25: 1-72. doi: 10.1111/sms.12581.
- MILLER, CT.; FRASER, SF.; LEVINGER, I. et al. The Effects of Exercise Training in Addition to Energy Restriction on Functional Capacities and Body Composition in Obese Adults during Weight Loss: A Systematic Review. Gonzalez GE, ed. **PLoS ONE**. 2013;8(11):e81692. doi:10.1371/journal.pone.0081692.
- RUIZ, JR.; SUI, X.; LOBELO, F. et al. Association between muscular strength and mortality in men: prospective cohort study. [Internet]. **BMJ** 2008; 337:a439.
- SANTOS, WDN.; GENTIL, P.; MORAES, RF. et al. Chronic Effects of Resistance Training in Breast Cancer Survivors [Internet]. **Biomed Res Int** 2017;2017:1-18. [cited 2017 Aug 2 ]
- VIEIRA, CA.; BATTAGLINI, CL.; FERREIRA-JUNIOR, JB. et al. Effects of rest interval on strength recovery in breast cancer survivors [Internet]. **Int J Sports Med** 2015;36(7):573-8. [cited 2017 Jul 27 ] Available from: <http://dx.doi.org/10.1055/s-0034-1398579>

## X. CRONOGRAMA

Datas	Conteúdo
1º encontro	<i>Acolhimento dos alunos; Identificação dos objetos de estudo; Apresentação do plano de ensino</i>
2º encontro	<i>Biomecânica nas disfunções de movimento e suas relações com lesões. Dr. Thiago Vilela Lemos - Dr. Carlos A. Vieira</i>
3º encontro	<i>Aptidão física, stress e depressão Dr. Iransé Oliveira Silva - Dr. Carlos A. Vieira</i>
4º encontro	<i>Saúde óssea em crianças e adolescentes atividade física e avaliação Dra. Tathiane Krahenbuhl - Dr. Carlos A. Vieira</i>
5º encontro	<i>Avaliação dos parâmetros cardiovasculares e metabólicos em animais submetidos as alterações dos ritmos circadianos Dr. Daniel Alves Rosa – Dr. Carlos A. Vieira</i>
6º encontro	<i>Atividade Física e prevenção de doenças cardiovasculares e fatores associados. Ademir Schmidt - Dr. Carlos A. Vieira</i>
7º encontro	<i>Força muscular e envelhecimento humano Dr. André Bonadia Gadelha - Dr. Carlos A. Vieira</i>
8º encontro	<i>Atividade a distância Dr. Carlos A. Vieira</i>
9º encontro	<i>Práticas corporais integrativas e promoção da saúde Dra. Priscilla Antunes - Dr. Carlos A. Vieira</i>
10º encontro	<i>Exercício e câncer Dr. Carlos A. Vieira</i>
11º encontro	<i>Avaliação final da disciplina Dr. Carlos A. Vieira</i>