



faefid

faculdade de educação física e desportos



Curso de Extensão 2011
Fisiologia Aplicada ao Exercício Físico
40 horas/aula

Sábado, 15 de outubro

- **8:00 às 12:00 hs – Controle Ventilatório Durante o Teste de Esforço**
Avaliação prática da ergoespirometria.
Identificação dos parâmetros ventilatórios.
Quantificação prática do gasto energético.
- **14:00 às 18:00 hs – Respostas Hemodinâmicas ao Exercício Físico**
Avaliação prática da pressão arterial e frequência cardíaca (eletrocardiograma).
Controle neurovascular durante o exercício físico.

Sábado, 29 de outubro

- **8:00 às 12:00 hs – Gasto Energético Durante o Exercício Físico Resistido**
Avaliação prática do gasto energético durante o exercício físico resistido.
Implicação do gasto energético na prescrição do treinamento físico.
- **14:00 às 18:00 hs – Respostas Hormonais do Exercício Físico** “Profa. Dra. Ana Eliza”
Sistema catecolaminérgico.
Relação insulina glucagon.

Sábado, 05 de novembro

- **8:00 às 12:00 hs – Modulação Autônoma Cardíaca**
Variabilidade da frequência cardíaca durante o repouso, exercício físico e recuperação.
A prática do cardiofrequencímetro.
- **14:00 às 18:00 hs – Controle da Carga na Periodização do Treinamento Físico**
Avaliação prática da carga de treino para atletas de alto rendimento.
Acompanhamento da carga ao longo da periodização do treinamento físico.

Sábado, 19 de novembro

- **8:00 às 12:00 hs – Mecanismos Termorregulatórios no Exercício Físico**
Avaliação prática da temperatura.
Efeitos dos ambientes quente e frio no exercício físico.
- **14:00 às 16:00 hs – Reabilitação Cardíaca e Qualidade de Vida**
Aplicação prática dos questionários de qualidade de vida e teste de 6 minutos.
Efeitos da reabilitação cardíaca na capacidade física e qualidade de vida.
- **16:00 às 18:00 hs – Novos fatores de risco para as doenças cardiovasculares**
Síndrome da apnéia e hipoapnéia obstrutiva do sono.
Aplicação prática do questionário da qualidade do sono.

Inscrição

- **Período de 03 a 15 de outubro.**
- **Local:** Secretaria de Pós-Graduação da Faculdade de Educação Física e Desportos da UFJF.
- **Horário:** Período da manhã, das 8:00 às 13:00 hs.
- **Secretário:** Roberto Matos, contato (32) 2101-3291 e/ou roberto.matos@ufjf.edu.br
- **Valores:** Pagamento à vista de R\$380,00 ou duas parcelas de R\$200,00.
- **Público alvo:** Estudantes e profissionais da área da saúde.

Coordenação

Prof. Dr Jorge Roberto Perrou de Lima – jorge.perrou@ufjf.edu.br
Prof. Dr Mateus Camaroti Laterza - mateuslaterza@hotmail.com
Site: www.ufjf.br/reabilitacaocardiaca