DIREÇÃO TÉCNICA

JOSÉ NETO
Licenciado em Educação Física – U. Porto
Mestre em Psicologia Desportiva – U. Minho
Doutor em Ciências do Desporto – U. Beira Interior
Formador / Instrutor / UEFA
Docente Universitário

CONTACTOS

917665832 . 911870019 . 914628457 . 964335250

jornadaspf@gmail.com

" É sem dúvida importante a prática do Exercício e Atividade Física para a promoção duma melhor saúde … as noções do belo da estética e da ética farão acordos duma admirável existência."

Porém nunca devemos esquecer – "… em qualquer atividade a realizar, fazer aquilo que faz mal ou não o fazer como deve ser feito são males do mesmo tamanho". **(Neto, J.; 2010)**

X JORNADAS MÉDICO DESPORTIVAS

12 / 13 ABRIL 2013

AUDITÓRIO ASSOCIAÇÃO EMPRESARIAL

PAÇOS DE FERREIRA

Parque de Exposições

RUA DA ASSOCIAÇÃO EMPRESARIAL
N41°16'46.4'' – W8°21'51.4''

X JORNADAS MÉDICO DESPORTIVAS

12 Abril 2013 SEXTA-FEIRA

09:00 - Abertura do Secretariado
09:30 - Sessão de Abertura
09:45 - **1.º TEMA: "Os Sinais de Vida"**
Moderador: Prof. Doutor José Soares
Prof.ª Doutora Isaura Tavares – Investigadora / Bióloga
Prof. Doutor Eduardo Oliveira - Fisiologista
Prof. Doutor Fernando Almeida – Psiquiatra
10:45 - Debate/Intervalo

11:15 - **2.º TEMA: "Exercício e Atividade Física"**
Moderadora: Prof.ª Doutora Júlia Castro

O Exercício Físico – da Infância à Idade Juvenil
Prof.ª Doutora Luísa Aires
O Exercício Físico na Idade Adulta
Prof. Doutor José Carlos Ribeiro
O Exercício Físico na 3.ª Idade
Mestre António Sampaio
12:15 - Debate/Almoço

14:30 - **3.º TEMA "Ortopedia / Traumatologia Desportiva"**
Moderadora: Prof.ª Doutora Paula Álvaro

O Exame Médico na Perspetiva da Ortopedia/Traumatologia
Mestre Basil Ribeiro
As Lesões no Desportista
Mestre Paulo Amado
Stress e Lesão Muscular
Dr. Jaime Milheiro
A Lesão e o Ato Cirúrgico
Prof. Doutor Espregueira Mendes
15:50 - Debate/Intervalo

16:15 - **4.º TEMA: "Reabilitação Funcional"**
Moderador: Dr. Domingos Gomes

A Importância do Acessório "Johnson Anti-Shear
Reabilitação da Lesão Ligamentar do Joelho
Dr. Carlos Rio
Termografia Clínica – Aplicações e Potencialidades
Doutorando Adérito Seixas
TIV (Terapia de Impacto Vibracional)
Mestre Eduardo Merino
Podiatria no Desporto – Uma Realidade
Mestre Patrícia Gomes
17:35 - Debate

17:45 - **5.º TEMA "Medicinas Alternativas"**
Moderadora: Mestre Sandra Rodrigues

A Importância da Naturopatia
Mestre André Dourado
A Função da Osteopatia
Dr. José Seco
A Medicina Tradicional Chinesa
Dr. José Malta

13 Abril 2013 SÁBADO

09:30 - **6.º TEMA "Nutrição e Saúde"**
Moderadora: Dr.ª Elsa Pinto

Visão Integrada da Gestão do Peso: A Saúde como Pano de Fundo
Prof. Doutor Júlio Rocha
Alimentação do Desportista – Dieta de Treino/Dieta de Competição
Dr.ª Andreia Santos
10:30 - Debate/Intervalo

11:00 - **7.º TEMA "Viver Feliz"**
Moderador – Dr. Vítor Baía

Apresentação e debate de ideias referentes ao livro: "10 minutos por dia para viver melhor"
Dr. Fernando Póvoas
Conferência de Encerramento "Como Criar uma Equipa Ganhadora"
Prof. Doutor José Neto
12:30- Encerramento das Jornadas. Distribuição de Diplomas