

CURSO: FISIOTERAPIA		CAMPUS: DIVINÓPOLIS	
SEMESTRE: 2	ANO: 2022	C/H: 50	AULAS: 60
DISCIPLINA: FISILOGIA DO EXERCÍCIO (T/P)			
PLANO DE ENSINO-APRENDIZAGEM			
OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM: Compreender os princípios, conceitos e objetos de estudo da Fisiologia do exercício Analisar as alterações fisiológicas ocorridas durante o exercício físico; Avaliar a prescrição de exercício para a saúde, bem estar e reabilitação; Criar prescrições de exercício para diferentes populações.			
EMENTA: Adaptações Cardiovasculares ao Exercício, Adaptações Respiratórias ao Exercício Físico, Adaptações Musculares ao Exercício Físico, Prescrição de exercícios em populações especiais.			
METODOLOGIA:	Exposição Dialogada: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Estudo de caso: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	
	Trabalho de grupo: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Seminário: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	
	Debate: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Painel: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	
	TBL: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Fórum/Chat: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	
	PBL: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	PBL: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	
	Aula invertida: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Tempestade Cerebral (Brainstorming): SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	
	Mapa Conceitual: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Dramatização/ Role Play: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	
RECURSOS AUXILIARES:	Computador: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	AVA*: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	
	Vídeos: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Atividades clínicas: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	
	Projeter Multimídia: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Lousa: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	
	Álbuns Seriados: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Internet: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	
	Slides: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Laboratório: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	
	Manequins: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Vídeo conferência: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	
	Lousa Eletrônica: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Prancheta Digitalizadora: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	
*Ambiente Virtual de Aprendizagem			
AVALIAÇÃO:	Discursiva: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Prática: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	
	Múltipla escolha: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Trabalhos de pesquisa: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	
	Oral: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>		
BIBLIOGRAFIA BÁSICA: KATCH, FRANK I; VICTOR L. <i>Fisiologia do exercício - nutrição, energia e desempenho humano</i> . 8. ed. RIO DE JANEIRO: GUANABARA KOOGAN, 2016. https://integrada.minhabiblioteca.com.br . HOWLEY T, EDWARD. <i>FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO - TEORIA E APLICAÇÃO AO CONDICIONAMENTO E AO DESEMPENHO</i> . 8. ed. SÃO PAULO: MANOLE, 2014. https://integrada.minhabiblioteca.com.br/books/9788520449882 . American College of Sports Medicine. <i>Diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição</i> . 9. ed. Belo Horizonte - MG - Brasil: Guanabara Koogan, 2014.			
BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR: Rowland, Thomas W.. <i>Fisiologia do exercício na criança</i> . 2. ed. Barueri - SP - Brasil: Manole, 2008. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788520449899 Disponível em: . Acesso em: 22 de Agosto de 2022. JOHNSON, MICHEL J. <i>Fisiologia do exercício na terceira idade - Fisiologia do exercício na terceira idade</i> . 1. ed. 215: MANOLE, 2015. https://integrada.minhabiblioteca.com.br/books/9788520449486 . SMITH, DENISE L. <i>Fisiologia do exercício - para saúde, aptidão e desempenho</i> . 2. ed. RIO DE JANEIRO: GUANABARA KOOGAN, 2010. https://integrada.minhabiblioteca.com.br/books/978-85-277-2483-8 . WILMORE COSTILL, JACK H DAVID L. <i>Fisiologia do esporte e do exercício - Fisiologia do esporte e do exercício</i> . 7. ed. SÃO PAULO: MANOLE, 2020. https://integrada.minhabiblioteca.com.br/books/9786555760910 .			



UNIFENAS

Universidade José do Rosário Vellano
Reconhecida pela Portaria do MEC n.º 605 de 13/12/88
Publicada no D.O.U. em 15/12/88

SEMESTRE: 2	ANO: 2022	C/H: 50	AULAS: 60
CURSO: FISIOTERAPIA		CAMPUS: DIVINÓPOLIS	
DISCIPLINA: FISILOGIA DO EXERCÍCIO (T/P)			
PLANO DE ENSINO-APRENDIZAGEM			
CONTEÚDOS			
<p>1- Fundamentos em Fisiologia do Esforço e Exercício Físico.</p> <p>1.1. Termos, conceitos e definições em Fisiologia do Esforço e Exercício</p> <p>1.2. Domínios de intensidades do esforço físico: aeróbios e anaeróbios</p> <p>1.3. Bioenergética no repouso e esforço</p> <p>1.4. Limiares fisiológicos de esforço: definições, classificação e nomenclaturas empregadas</p> <p>2. Músculo esquelético: estrutura, função e implicações para o exercício.</p> <p>2.1. Mecanismo de contração muscular.</p> <p>2.2. Tipos de fibras e de unidades motoras.</p> <p>2.3. Unidades motoras e produção de força.</p> <p>2.4. Desenvolvimento muscular e exercício: trofismo, plasia e diferenciação de tipagem de fibras.</p> <p>3. Respiração e oxigenação no esforço físico</p> <p>3.1. Volumes e capacidades respiratórias e esforço físico.</p> <p>3.2. Comportamento da respiração no esforço: V_e, VO_2, VCO_2, FiO_2/CO_2, FeO_2/CO_2, PaO_2/CO_2, QR e demais correlações entre as variáveis respiratórias.</p> <p>3.3. Transporte de gases.</p> <p>3.4. Controle da ventilação no esforço físico.</p> <p>3.4.1. controle neural e humoral.</p> <p>3.4.2. hiperventilação no esforço físico e seu significado: V_e, VO_2 Máximo, VO_2 Pico, iVO_2Max e Limares Ventilatórios</p> <p>3.5. Métodos e técnicas para determinação de limiares metabólicos de esforço físico: Lactacidemia; Glicemia.</p> <p>4. Respostas cardiovasculares ao esforço físico.</p> <p>4.1. Hemodinâmica no esforço físico.</p> <p>4.2. Controle do fluxo sanguíneo pelos tecidos no esforço físico.</p> <p>4.2.1. Distribuição do fluxo sanguíneo.</p> <p>4.2.2. Controle e regulação do fluxo sanguíneo.</p> <p>4.2.2. Pressão arterial e sua modulação no repouso e esforço físico</p> <p>4.2.2.1 Anormalidades da P.A. no repouso e esforço físico</p> <p>4.3. Coração como bomba.</p> <p>4.3.1. Ciclo cardíaco e débito cardíaco.</p> <p>4.3.2. Fatores que afetam o débito cardíaco: cronotropismo, inotropismo, retorno venoso e circulação e função pulmonar, pré e pós carga.</p> <p>4.3.3. Controle da atividade do coração.</p> <p>4.4. A frequência cardíaca e relações com o esforço: bradicardia de repouso; taquicardia e esforço; frequência cardíaca máxima estimada; frequência cardíaca máxima real dependente do esforço; frequência cardíaca de reserva; frequência cardíaca pico; e variabilidade da frequência cardíaca.</p>			