

## **ESPECIALIZAÇÃO (LATO SENSU)**

### **ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE: treinamento e prescrição para grupos especiais**

#### **Área do Conhecimento:**

- Ciências da Saúde
- Grande área: Educação Física e Fisioterapia

#### **Apresentação e objetivo do curso:**

O Curso de Especialização em **Atividade Física e Saúde: treinamento e prescrição para grupos especiais** tem o objetivo de capacitar e atualizar profissionais educadores físicos, fisioterapeutas e outras áreas da saúde afins, para atuarem e prescreverem atividades físicas personalizadas para população de risco, seja sedentário, idoso, portadores de doenças crônico-degenerativas, cardiopatas, hipertensos e outras doenças ou condições clínicas diferenciadas, na promoção e prevenção da saúde e melhora da qualidade de vida destes indivíduos.

O campo de atuação é amplo, desde academias, clínicas médicas ou fisioterápicas, estúdios, clubes, empresas, ambiente de saúde diferenciado, trabalhando em grupos, equipes ou como *personal trainer* individualmente.

**Público-Alvo:** Educadores Físicos, Fisioterapeutas e áreas da saúde afins.

#### **Documentos para Matrícula:**

- Cópia do Diploma de Graduação – frente e verso;
- Cópia do Histórico Escolar do Curso de Graduação;
- Cópia do RG;
- Cópia do CPF;
- Cópia da Certidão de Nascimento ou Casamento;
- Cópia do Título de Eleitor;
- Comprovante de Residência.

#### **Coordenação:**

Profa. Mestre Paula A. M. Seabra (paulaseabra\_@hotmail.com)  
(18) 996654645

**MATRIZ CURRICULAR**

**CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE:  
TREINAMENTO E PRESCRIÇÃO PARA GRUPOS ESPECIAIS**

<b>DISCIPLINAS</b>	<b>CARGA HORÁRIA</b>
Fisiologia do Exercício e Treinamento Esportivo	20
Bioquímica e Bioenergética aplicada ao Exercício	20
Alterações Hormonais Provocadas pelo Exercício	20
Avaliação Física e Postural	20
Treinamento Esportivo e Termo Regulação para o Atleta	20
Protocolos e Avaliações	40
Síndromes Metabólicas e Distúrbios Hemodinâmicos	20
Ergogênicos e Suplementação Nutricional	20
Suplementação Esportiva	20
Prescrição de Atividade Física para Pessoas com Doenças Crônico-Degenerativas	20
Prescrição de Treinamento para Crianças e Adolescentes	30
Alterações Funcionais do Envelhecimento	20
Prescrição de Atividade Física para Terceira Idade	20
Atualidades em Musculação para Diferentes Populações	20
Nutrição para Praticantes de Atividade Física em Diferentes Faixas Etárias	20
Doenças Cardiovasculares e a Reabilitação Cardíaca	30
Prescrição da Atividade Física para Hipertensos, Obesos e Diabéticos	30
Metodologia Científica I	20
Metodologia Científica II	40
<b>TOTAL GERAL DE HORAS/CRÉDITOS</b>	<b>450</b>