

Unidade Curricular	Epidemiologia da Atividade Física		Área Científica	Ciências da Saúde	
Mestrado em	Exercício e Saúde		Escola	Escola Superior de Educação de Bragança	
Ano Letivo	2025/2026	Ano Curricular	1	Nível	2-1
Tipo	Semestral	Semestre	2	Créditos ECTS	6.0
Horas totais de trabalho	162	Horas de Contacto	T 10	TP -	PL 10
			TC 10	S 10	E -
			OT 5	O -	
			Código 6125-520-1203-00-25		

T - Ensino Teórico; TP - Teórico Prático; PL - Prático e Laboratorial; TC - Trabalho de Campo; S - Seminário; E - Estágio; OT - Orientação Tutoria; O - Outra

Nome(s) do(s) docente(s) Vítor Pires Lopes

### Resultados da aprendizagem e competências

No fim da unidade curricular o aluno deve ser capaz de:

1. Compreender e aplicar conceitos/metodologias específicas relacionadas com a investigação epidemiológica da relação entre a actividade física e a saúde, em crianças, adultos e idosos.
2. Desenvolver competências de análise de artigos científicos e concepção de diferentes estudos epidemiológicos, na área da actividade física e saúde.
3. Aplicar os conhecimentos sobre os principais aspectos da vigilância epidemiológica, intervindo no planeamento, avaliação e tomada de decisão, na área da actividade física e saúde

### Pré-requisitos

Não aplicável

### Conteúdo da unidade curricular

Epidemiologia e Epidemiologia da actividade física Avaliação da actividade física. Evolução prospectiva das recomendações de actividade física; Actividade física e monitorização de factores de risco cardiovascular

### Conteúdo da unidade curricular (versão detalhada)

1. Epidemiologia
  - perspectiva histórica
  - conceitos básicos (medidas de frequência, associação, impacto, viés e confundimento)
  - tipos de estudos (vantagens e desvantagens)
2. Epidemiologia da actividade física
  - definição e evolução do campo de investigação
3. Definições de actividade física e evolução da relação com outros determinantes de saúde
  - dimensões da actividade física, exercício e aptidão cardiorespiratória
4. Avaliação da actividade física (exposição)
  - métodos, vantagens, limitações
  - diferentes níveis de abordagem: diferentes idades, pequenas/grandes amostras, prevenção e tratamento
5. . Epidemiologia descritiva de (in)actividade física
  - EUA, Europa e Portugal
6. Evolução prospectiva das recomendações de actividade física
7. Actividade física e monitorização de factores de risco cardiovascular
  - descrição, análise e discussão de dados

### Bibliografia recomendada

1. Gordis L. (2009). Epidemiology. 4 ed. Philadelphia: Elsevier Saunders
2. Dishman RK, Washburn RA, Heath G. (2004). Physical activity epidemiology. Champaign: Human Kinetics
3. Lee IM, Blair SN, Manson JE, et al (2009). Epidemiologic methods in physical activity studies. New York: Oxford University Press
4. Montoye HJ, Kemper HCG, Saris W, Washburn RA. (1996) Measuring Physical Activity and Energy Expenditure. Champaign: Human Kinetics
5. Blair SN et al. (2011). A tribute to Professor Jeremiah Morris: the man who invented the field of physical activity epidemiology. Ann Epidemiol. 20: 651-60

### Métodos de ensino e de aprendizagem

1. Exposição dos conteúdos oralmente e através de meios multimédia; 2. Trabalho de pesquisa, de análise e interpretação de artigos científicos; 3. Aplicação dos conhecimentos adquiridos nas aulas teóricas e teórico-práticas no preenchimento de fichas de trabalho e participação em programas de intervenção. Em algumas matérias poderá ser adotado o método de ensino em sala de aula invertida.

### Alternativas de avaliação

1. Avaliação continua - (Ordinário, Trabalhador) (Final)
  - Temas de Desenvolvimento - 50% (Elaboração de um trabalho de revisão da literatura)
  - Prova Intercalar Escrita - 50% (Teste escrito)
2. Exame - (Ordinário, Trabalhador) (Recurso, Especial)
  - Exame Final Escrito - 50% (Teste escrito)
  - Temas de Desenvolvimento - 50% (Elaboração de um trabalho de revisão da literatura (será considerado o trabalho já elaborado))

### Língua em que é ministrada

Português

### Validação Eletrónica

Vítor Pires Lopes	António Miguel de Barros Monteiro	Catarina Margarida Silva Vasques	Carlos Manuel Costa Teixeira
21-01-2026	21-01-2026	23-01-2026	03-02-2026