

|                          |   |                   |   |
|--------------------------|---|-------------------|---|
| Unidade Curricular       | Técnicas Terapêuticas em Cinesioterapia | Área Científica   | Saúde - programas não classificados noutra área de formação |
| CTeSP em                 | Termalismo e Bem-Estar                  | Escola            | Escola Superior de Saúde de Bragança                        |
| Ano Letivo               | 2023/2024                               | Ano Curricular    | 2   |
| Nível                    | 0-2                                     | Créditos ECTS     | 5.0   |
| Tipo                     | Semestral                               | Semestre          | 1   |
| Código                   | 4085-618-2105-00-23                     |                   |   |
| Horas totais de trabalho | 135                                     | Horas de Contacto | T - - TP - - PL - - TC - - S - - E - - OT 60 O - -          |

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

Nome(s) do(s) docente(s) Flávio Teresinho Mendonça

#### Resultados da aprendizagem e competências

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

1. Conhecer técnicas terapêuticas em cinesiologia.
2. Aplicar técnicas terapêuticas de cinesioterapia em diferentes populações e patologias.

#### Pré-requisitos

Antes da unidade curricular o aluno deve ser capaz de:  
Não aplicável.

#### Conteúdo da unidade curricular

Conceitos gerais em cinesioterapia. Abordagem de diferentes sistemas. Técnicas específicas em cinesioterapia.

#### Conteúdo da unidade curricular (versão detalhada)

1. Cinesiologia/Cinesioterapia - conceitos.
2. Cinesiologia aplicada aos diferentes segmentos corporais.
3. Tecidos esqueléticos.
4. Articulações.
5. Sistema muscular.
6. Sistema respiratório.
7. Sistema nervoso.
8. Técnicas de cinesioterapia.
9. Alongamento, fortalecimento, relaxamento e cinesioterapia respiratória.
10. Postura, exercício e ciclo de marcha.

#### Bibliografia recomendada

1. Nigel Palastanga, Roger W. SOAMES (2011); Anatomia do Movimento Humano. Ed. Manole;
2. ENOKA, Roger M(2000). Bases neuromecânicas da cinesiologia. São Paulo: Manole;
3. OKUNO, Emico; FRATIN, Luciano (2003). Desvendando a física do corpo humano: biomecânica. Barueri, SP Manole. ;
4. RASH, P. J, BURK, R. K (2003). Cinesiologia e Anatomia aplicada. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.

#### Métodos de ensino e de aprendizagem

As aulas funcionarão em regime de exposição aberta, com recurso aos meios audiovisuais, integrando momentos de interação e aplicação contínua de conhecimentos, com participação ativa e apoiada do aluno na discussão dos conteúdos apresentados. Enfatiza-se a componente prática da disciplina, efetuando a resolução de problemas e prática simulada.

#### Alternativas de avaliação

1. Avaliação contínua - (Ordinário, Trabalhador) (Recurso, Especial)
  - Trabalhos Práticos - 40% (Exposição oral de trabalhos de grupo)
  - Prova Intercalar Oral - 60% (Estudo de caso com simulação prática)
2. Exame final escrito - (Ordinário, Trabalhador) (Final, Recurso, Especial)

#### Língua em que é ministrada

Português

#### Validação Eletrónica

|                           |                            |                                 |                                       |
|---------------------------|----------------------------|---------------------------------|---------------------------------------|
| Flávio Teresinho Mendonça | Maria José Gonçalves Alves | Luis Migue Fernandes Nascimento | Adília Maria Pires da Silva Fernandes |
| 10-11-2023                | 08-12-2023                 | 08-12-2023                      | 08-12-2023                            |