

# JORNADAS DA CIÊNCIA E DESPORTO

2ª EDIÇÃO



AUDITÓRIO MUNICIPAL **12 E 13 DE OUTUBRO 2024**  
**BARCELOS**

## 12 DE OUTUBRO · sábado

Novas tendências: treino e planeamento

- 9H30 Presidente Mário Constantino | Boas-vindas
- 9H45 Prof. Dra. Ester Alves: "A Resposta do Organismo ao Esforço Físico: Mecanismos de Adaptação e Sinalização"
- 10H15 Prof. David Rosa: "Evolução dos métodos de quantificação e monitorização da carga de treino"
- 10H45 Q.A.
- 11H00 Intervalo
- 11H30 Prof. Rui Garganta: "Avaliação física em ginásios e academias. Realidade ou ficção?"
- 12H00 Dr. Nuno Cardoso: "A Psicologia na Performance Humana - O Treino Mental"
- 12H30 Q.A.
- 13H00 Almoço

**RETURN TO PLAY:** Abordagem baseada na evidência

- 14H30 Ft. Rui Costa: "Utilização do GPS no return to play"
- 15H00 Ft. Diogo Costinha: "Metodologia EPI no Tratamento de Epicondilite: estudo de caso, 5 anos follow up"
- 15H30 Ft. Rogério Pereira: "Return to Play: o Estado da Arte"
- 16H00 Q.A.
- 16H15 Intervalo
- 16H45 Dra. Patrícia Rodrigues: "Visão na Reabilitação: key to successful!"
- 17H15 Dra. Joana Rebelo: "Atividade física no doente oncológico"
- 17H45 Q.A.
- 18H00 Encerramento

## 13 DE OUTUBRO · domingo

Explorando as arestas da performance

- 09H30 Dr. Pedro Amorim: "Corrida e Longevidade - a evidência científica"
- 10H00 Dr. Pedro Meirinhos: "A suplementação que verdadeiramente importa Endurance"
- 10H30 Q.A.
- 10H45 Intervalo
- 11H15 Dra. Belém Marques: "Exercício Físico e Secretoma: A Revolução no Combate à Doença de Parkinson"
- 12H15 Dr. António Araújo: "Recuperação pós-jogo"
- 12H45 Homenagem dos 25 anos dos Amigos da Montanha
- 13H00 Q.A.
- 13H30 Encerramento

