

**Reabilitação Física / Período: 5**

Professor: Vanessa Bréder Gomes (Mestre)

CH: 80h

**Ementa:**

Atividade física, exercício e aptidão física na promoção da saúde; avaliação das causas e consequências do sedentarismo; exploração dos benefícios do comportamento ativo em crianças e adolescentes, juntamente com recomendações; análise dos efeitos imediatos e de longo prazo do exercício físico no corpo; investigação das respostas crônicas ao exercício físico nos sistemas corporais; exame da intensidade do exercício e como afeta as respostas imediatas e de longo prazo do corpo; avaliação cinético-funcional na prática de fisioterapia; técnicas de terapia manual, técnicas respiratórias e exercícios terapêuticos; cinesiologia dos membros superiores e inferiores, incluindo análise dos movimentos, padrões de movimento e amplitude articular.

**Habilidades:**

Ao estudar essa disciplina, o discente adquirirá entendimento profundo da anatomia, fisiologia e funcionamento do corpo humano, especialmente em relação ao sistema musculoesquelético. Eles aprendem a avaliar e diagnosticar condições de saúde relacionadas ao sistema musculoesquelético, identificando problemas e desafios. Tornam-se capazes de comunicar eficazmente com pacientes, explicando diagnósticos, tratamentos e exercícios recomendados.

**Metodologia:**

As aulas a distância serão realizadas em vídeo aulas, material disponível no Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA), atividades de apoio para exploração e enriquecimento do conteúdo trabalhado, fóruns de discussão, atividades de sistematização, avaliações e laboratórios práticos virtuais.

**Recursos Didáticos:**

Livro didático;  
Vídeo aula;  
Fóruns;  
Estudos Dirigidos (Estudo de caso);  
Experimentos em laboratório virtual;  
Biblioteca virtual;  
Atividades em campo.

**Conteúdo Programático:**

Atividade física, exercício físico e aptidão física na saúde  
Sedentarismo: causas e consequências  
Benefícios e recomendações para um comportamento ativo em crianças e adolescentes  
Efeitos agudo e crônico do exercício físico  
Respostas agudas do exercício físico nos sistemas corporais  
Respostas crônicas diante do exercício físico nos sistemas corporais  
A intensidade do exercício físico e suas respostas agudas e crônicas nos sistemas corporais  
Fisioterapia nas afecções traumato-ortopédicas, reumatológicas e do esporte  
Avaliação cinético-funcional na fisioterapia  
Métodos e as técnicas da fisioterapia aquática para a reabilitação física  
Método dos anéis de Bad Ragaz  
Método Halliwick  
Método Watsu  
Método Ai-chi  
Técnicas de terapia manual  
Técnicas respiratórias  
Exercícios terapêuticos  
Analgésia  
Relaxamento de tensões, contraturas e espasmos musculares  
Redução do edema  
Mobilidade articular  
Aumento da flexibilidade muscular  
Aumento do desempenho muscular  
Aumento do equilíbrio, propriocepção, senso de posição articular e coordenação motora  
Melhora e recuperação do condicionamento cardiorrespiratório  
Melhora da função física e da qualidade de vida  
Cinesiologia dos membros superiores e inferiores  
Análise dos movimentos  
Padrões de movimento em uniões — terminologia  
Padrões de movimento no plano sagittal  
Padrões de movimento no plano frontal  
Amplitude de movimento da articulação  
Importância dos movimentos corporais na marcha

**Sistema de Avaliação:**

A distribuição dos 100 pontos acontecerá da seguinte forma durante o período de oferta da disciplina:  
Fórum de Discussão Avaliativo: 10%  
Estudo Dirigido: 10%  
Avaliação Parcial I : 15%  
Avaliação Parcial II : 15%  
Avaliação Final: 50%

Caso o aluno não alcance no mínimo 60% da pontuação distribuída, haverá a **Avaliação Suplementar** com as seguintes características:  
Todo o conteúdo da disciplina. Valor: 100 pontos  
Pré-requisito: Resultado Final  $\geq 20$  e  $< 60$   
Regra: (Resultado Final + Nota Prova Suplementar) / 2  
Média final para Aprovação:  $\geq 60$  pontos

**Bibliografia Principal:**

BARBANTI, V. J. Aptidão física: um convite à saúde. Barueri: Manole, 1990.

CAMPION, M. R. Hidroterapia: princípios e prática. São Paulo: Manole, 2000.

LIEBENSON, Craig. Treinamento funcional na prática desportiva e reabilitação neuromuscular.[Digite o Local da Editora]: Grupo A, 2017. E-book. ISBN 9788582713839. Disponível em:<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582713839/>. Acesso em: 07 nov. 2023.

**Bibliografia Complementar:**

KENNEY, W. L.; WILMORE, J. H.; COSTILL, D. L. Fisiologia do esporte e do exercício. Barueri, SP: Manole, 2013. KISNER, C.; COLBY, L. A. Exercícios terapêuticos: fundamentos e técnicas. 6. ed. Barueri, SP: Manole, 2016. MCARDLE, W. D.; KATCH, F. I.; KATCH, V. L. Fisiologia do exercício: nutrição, energia e desempenho humano. 8. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2018.

DUTTON, M. Fisioterapia ortopédica, exame, avaliação e intervenção. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2010. IMBODEN, J. B.; HELLMANN, D. B.; STONE, J. H. CURRENT diagnóstico e tratamento: reumatologia. Porto Alegre: AMGH, 2014.

PITHON-CURI, T. C. Fisiologia do exercício. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017. POWERS, SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Atividade física na infância e na adolescência: guia prático para o pediatra. Rio de Janeiro: Departamento Científico de Nutrologia da Sociedade Brasileira de Pediatria, 2008. Disponível em:[https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/2015/02/9667d-DOC-CIENT-AtivFisica.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/2015/02/9667d-DOC-CIENT-AtivFisica.pdf). Acesso em: 21 abr. 2021.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Manual de orientação: grupo de trabalho saúde na Era digital (2019-2021). Sociedade Brasileira de Pediatria, 2019. Disponível em:[https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/\\_22246c-ManOrient\\_-\\_MenosTelas\\_MaisSaude.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-ManOrient_-_MenosTelas_MaisSaude.pdf). Acesso em: 21 abr. 2021.

S. K.; HOWLEY, E. T. Fisiologia do exercício: teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho. Barueri, SP: Manole, 2017. SILVERTHORN, D. U. Fisiologia humana: uma abordagem integrada. 7. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.

Por ser verdade, firmo o presente documento.

Ipatinga/MG - 14 de Maio de 2025



Thyciane Alviera Gonçalves Freitas  
Secretária Acadêmica