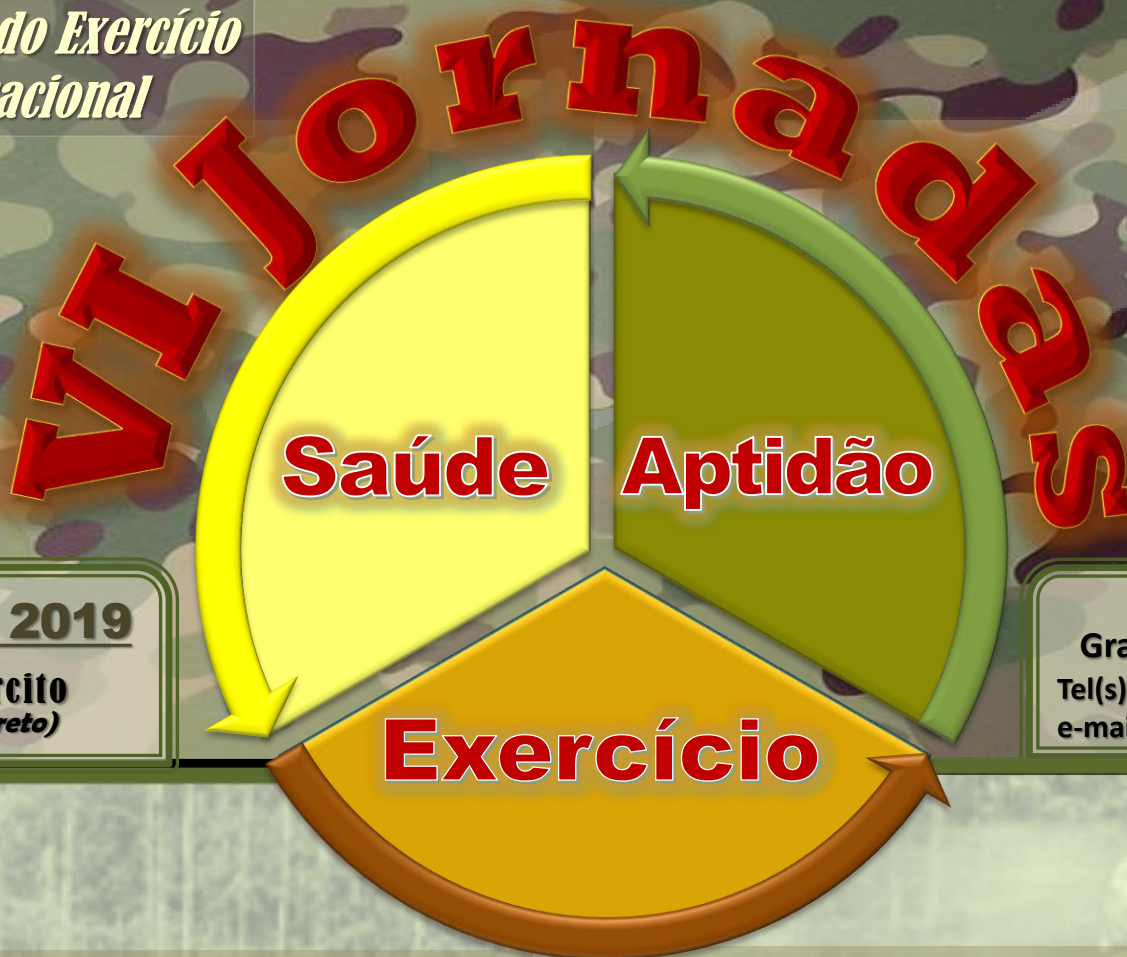




*Unidade Medicina do Exército
e Treino Operacional*



06 Novembro 2019

Intranet do Exército
(Transmissão em Direto)

Inscrições

Gratuitas mas Obrigatórias
Tel(s): 239 102 781 / Mil 435 632
e-mail: csmc@mail.exercito.pt

08:30 Receção

08:45 ATLETA TÁTICO - conceito emergente

Moderador: Prof Dr **Amândio Santos**, Fisiologista - FCDEF / UC

- **Atleta Tático versus Atleta Tradicional**

Cap Med **Luis Moreno**, PG M Desportiva - CSMC; F P Futebol (Sub17)

- **Avaliação da Aptidão Militar – novos testes**

TCor Inf **Rui Lucena**, Lic. Educação Física – Academia Militar

- **Treino do Atleta Tático - particularidades**

Prof Dr **Luís Rama**, Especialista em Treino - FCDEF / UC

10:45 Coffee Break

11:00 ABERTURA Solene presidida pelo Ex^{mo} Brig Gen DS

11:15 Condicionamento CARDIOVASCULAR

Moderador: Dr **Secundino de Freitas**, Cardiologista - CSMC

- **Dor torácica**

Dr **João Lopes**, Int Cardiologia - CHUC

- **Sincope no Desporto**

Dr^a **Diana Campos**, Int Cardiologia - CHUC

- **Contraindicações Cardíacas p/a Desp Competição**

Cap Med **Paulo Dinis**, Cardiologista/Mestre Med Desportiva - CSMC

13:00 Almoço

14:30 Condicionamento MUSCULOESQUELÉTICO

Moderador: Dr **Augusto Roxo**, Med. Desportiva – Académica OAF

- **Coluna e Treino Físico Militar**

Cap Med **José Mónico**, Int Ortopedia/Mestre Med Desportiva - CSMC

- **Lesões Isquiotibiais no Desportista - prevenção**

Cap Med **Alexandra Coelho** Int Fisiatria/PG Med Desportiva – CSMC

- **Lesões de Sobrecarga – da prevenção à reabilitação**

Dr **António Araújo**, Int Fisiatria - CHUC

16:20 Coffee Break

16:30 Influenciadores da PERFORMANCE

Moderador: Cor Med (Ref) **Espirito Santo**, Reumatologista / Med Desportiva

- **Cargas Externas - efeito e monitorização**

Dr **Diogo Dias**, Med Desportiva - CMDP; Futebol Club do Porto

- **Resiliência Psíquica – como avaliar e promover**

Maj Med **Artur Furet**, Psiquiatra – CSMC

- **Substâncias Ergogénicas - o que importa saber**

Prof Dr **Frederico Pereira**, Farmacologia – Fac Medicina / UC

18:30 Encerramento

Painel de Comentadores: Dr^a **Isabel Ramos**, Neurologista,, CSMC; TCor Med **Rafael Pombo**, Ortopedista,, CSMC; TCor Med **Joaquim Cardoso**, Med Interna /Desportiva,, CSMC