

FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO

NOME DO CURSO: Curso de Especialização *Lato Sensu* em Fisiologia do Exercício

COORDENAÇÃO GERAL: Prof. Me. Jefferson Comin Jonco Aquino Júnior

ÁREA DO CONHECIMENTO: Saúde (Educação física, nutrição, medicina, fisioterapia, enfermagem, farmácia)

DESCRIÇÃO: Curso de Pós-Graduação (*Lato Sensu*) em nível especialização em Fisiologia do Exercício

OBJETIVOS:

Objetivo geral: Oferecer um material amplo e atualizado embasado em conteúdo científico, e apto a fornecer ferramentas de aplicação prática a serem utilizadas no cotidiano de diferentes profissionais da área da saúde. Para tal, visando a consolidação do conhecimento técnico-científico, serão abordadas as seguintes disciplinas: bioquímica básica e metabolismo, nutrição ideal para o exercício físico, bases do treinamento, músculo estriado esquelético, fisiologia endócrina, fisiologia cardiorrespiratória e renal, sistema imune e exercício, potenciais recursos ergogênicos e doping. O conhecimento adquirido ao longo do curso capacitará o aluno a atuar como fisiologista do exercício através do desenvolvimento de habilidades que concernem a compreensão da avaliação de parâmetros fisiológicos e prescrição de exercícios para seus clientes, além da inserção deste profissional em comissões técnicas de equipes esportivas competitivas, tais como times de futebol, vôlei, basquete, entre outros.

Objetivo específicos:

- Embasar o conhecimento acerca de bioquímica estrutural básica e metabolismo energético, abordando aspectos relacionados com a transferência de energia durante a prática esportiva e atividade física.
- Aprofundar os conceitos intrínsecos a nutrição ideal para praticantes de atividade física e exercício, além de discutir as necessidades nutricionais de indivíduos fisicamente ativos
- Fornecer material apto a embasar os profissionais sobre as diferentes bases do treinamento e suas respectivas características.
- Abordar em diferentes frentes os conteúdos relacionados ao músculo estriado esquelético, explorando os seus diversos aspectos metabólicos, morfológicos e funcionais do músculo estriado esquelético.

- Desenvolver o conhecimento acerca do funcionamento hormonal e possíveis doenças relacionadas ao acometimento de glândulas endócrinas e respectivas funções.
- Capacitar os profissionais na compreensão do funcionamento e integração do sistema cardiorrespiratório.
- Apresentar a integração e possíveis influências das quais o sistema imune está submetido em função da prática esportiva
- Apresentar conteúdo científico acerca da funcionalidade e aplicabilidade de potenciais recursos ergogênicos, além de discutir possíveis casos de doping no esporte

PÚBLICO-ALVO: Profissionais da área da saúde (Educação física, nutrição, medicina, fisioterapia, enfermagem, farmácia).

DIFERENCIAIS DO CURSO: Mantendo toda a flexibilidade de uma pós-graduação à distância, mas sem ignorar os princípios éticos e acadêmicos, o curso possui uma ampla abordagem teórica, elaborada por mestres e doutores engajados na elaboração de material científico. Não obstante, o curso se encontra apto ao fornecimento de conceitos consolidados, além de introduzir as novas prospecções trazidas pela ciência, mantendo o aluno atualizado e apto para a atuação prática com o que há de mais recente na literatura científica. O curso, além de proporcionar um elaborado material teórico, dispõe também de exclusivas vídeo aulas que permitem a interação virtual entre o aluno e o professor, consolidando a proposta do ensino a distância.

CARGA HORÁRIA: O curso é constituído de 450h. Nesse curso é obrigatória a confecção do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC).

DURAÇÃO: 12 meses + 2 meses para o TCC

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO (TCC): Em formato EaD, obrigatório ao final do curso.

MATRIZ DE DISCIPLINAS:

Disciplina do curso	Carga Horária (horas)
1. Bioquímica básica e metabolismo	40h
2. Fisiologia endócrina	40h
3. Bases do treinamento	50h
4. Músculo estriado esquelético	40h
5. Metodologia científica	40h
6. Nutrição ideal para o exercício físico	40h
7. Fisiologia cardiorrespiratória e renal	40h
8. Sistema imune e exercício	40h
9. Potenciais recursos ergogênicos e <i>doping</i>	50h
10. Seminários em Fisiologia do Exercício	40h
11. Orientação e Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)	30h