

# BIOMECÂNICA DA ATIVIDADE FÍSICA E REABILITAÇÃO

Integrado  
^ PÓS



## Duração

9 meses



## Carga horária

360 horas



## Metodologia

On-line

## SOBRE O CURSO

O curso de Pós-Graduação em Biomecânica da Atividade Física e Reabilitação tem por objetivo promover a capacitação de profissionais, acerca da ciência do movimento humano e reabilitação, para a melhoria da qualidade de vida.

## METODOLOGIA

Disciplinas 100% on-line, organizadas em Unidades de Aprendizagem, que oferecem diversificados recursos didáticos, para a abordagem teórica, metodológica e prática do conteúdo.

Conteúdo planejado com base em metodologias ativas para o ensino e aprendizagem, as quais promovem a autonomia do estudante, figura central no processo de construção do conhecimento, bem como a excelência em sua formação.

Acompanhamento personalizado, para orientações, esclarecimento de dúvidas ou solução de eventuais problemas, permitindo interação simples e eficiente com os tutores e demais estudantes do curso, por meio dos fóruns, grupos de WhatsApp, e-mail ou do Serviço de Atendimento no Portal Acadêmico.



## **DISCIPLINAS E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS**

### **ANATOMIA APLICADA À FISIOTERAPIA**

- Estruturas ósseas e articulares da coluna vertebral (cervical, torácica e lombosacra)
- Pelve óssea e suas estruturas anatômicas: ossos, articulações e função
- Músculos das Articulações dos Membros Inferiores: Quadril, Joelho e Tornozelo
- Estruturas ósseas e articulares do quadril e do fêmur
- Articulação do joelho e ossos da perna e do tornozelo
- Plexos: pares de nervos cranianos, cervical, braquial e lombossacro
- Músculos da cintura escapular, do braço e antebraço, da mão e dos dedos da mão
- Estruturas ósseas e articulações da cintura escapular e do braço e antebraço
- Estruturas ósseas da articulação radiocárpica, da mão e dos dedos da mão.
- Músculos da expressão facial, da mastigação e dos trógonos do pescoço
- Estruturas ósseas da face e da articulação temporomandibular
- Coluna cervical



**Carga horária: 40 horas**

### **BIOMECÂNICA**

- Introdução à biomecânica
- Biomecânica dos tecidos: cartilagem
- Biomecânica dos tecidos: ligamento
- Biomecânica dos tecidos: osso
- Biomecânica das articulações: ombro e cintura escapular I
- Biomecânica das articulações: ombro e cintura escapular II
- Biomecânica das articulações: cotovelo e radioulnar
- Biomecânica das articulações: punho e mão
- Biomecânica das articulações: quadril
- Biomecânica das articulações: joelho
- Biomecânica das articulações: tornozelo e pé
- Biomecânica das articulações: coluna



**Carga horária: 40 horas**



### **CINESIOLOGIA**

- Exercícios em cadeia cinética aberta e fechada
- Artrologia: terminologia e mobilidade articular
- Descrição de exercícios
- Miologia: tipos de contrações musculares
- Exercícios dos tipos de contrações musculares. Tabela para análise do movimento
- Cintura Escapular: Ossos, articulações, movimentos articulares, músculos e suas ações.
- Exercícios de Cintura Escapular
- Ombro: Ossos, articulações, movimentos articulares, músculos e suas ações
- Cotovelo e Radioulnar: Ossos, articulações, movimentos articulares, músculos e suas ações.
- Exercícios de Cotovelo e Radioulnar
- Punho e Mão: Ossos, articulações, movimentos articulares, músculos e suas ações
- Exercícios de Punho e Mão



**Carga horária: 40 horas**

### **CINESIOLOGIA E FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO**

- Miologia: tipos de contrações musculares
- Exercícios de análise geral de membros superiores
- Coluna: Ossos, articulações, movimentos articulares
- Coluna: músculos e suas ações
- Exercícios de Coluna
- Exercícios de Cintura Pélvica e Quadril
- Exercícios de Joelho
- Tornozelo e Pé
- Exercícios de Tornozelo e Pé
- Conceitos introdutórios em fisiologia do exercício
- Transferência de Energia Aeróbia
- Efeitos Agudo e Crônico do Exercício Físico



**Carga horária: 40 horas**



### CINESIOTERAPIA

- Avaliação e elaboração da conduta cinesioterapêutica
- A mecanoterapia e a cinesioterapia
- Exercícios Passivos
- Exercícios ativos e ativo-assistidos
- Exercícios resistidos
- Exercícios Isocinéticos
- Exercícios de alongamento – ativos, passivos
- Exercícios pliométricos
- Facilitação Neuromuscular Proprioceptiva - FNP
- Cadeias Musculares - RPG
- Método de Estabilização Central – Core training
- Exercícios em suspensão – Sling Training, Sling Desk, TRX



**Carga horária: 40 horas**

### FISIOLOGIA APLICADA À FISIOTERAPIA

- Neurofisiologia
- Filogênese, neurogênese e bioeletrogênese
- Sinapses e sistema sensorial
- Controle do movimento
- Funções superiores
- Plasticidade neural
- Exercício, homeostase e metabolismo
- Ergometria/calorimetria
- Adaptações neuromusculares, cardiovasculares, cardiorespiratórias e neuroendócrinas ao exercício
- Treinamento esportivo e desempenho anaeróbico e aeróbico
- Nutrição e Exercício
- Medidas e avaliação no exercício



**Carga horária: 40 horas**



### FISIOTERAPIA TRAUMATO ORTOPÉDICA E ESPORTIVA

- Introdução à fisioterapia traumato-ortopédica funcional
- Complexo do quadril
- Técnicas fisioterapêuticas para os distúrbios do quadril
- Complexo do joelho
- Técnicas fisioterapêuticas para os distúrbios do joelho
- Complexo do tornozelo e do pé
- Técnicas fisioterapêuticas para os distúrbios do complexo do ombro
- Técnicas fisioterapêuticas para os distúrbios do tornozelo e do pé
- Pré e pós-operatório dos distúrbios ortopédicos e traumatológicos
- Introdução à fisioterapia esportiva
- Alterações cinético-funcionais em lesões desportivas
- Atuação fisioterapêutica nos distúrbios cinético-funcionais relacionados ao esporte



**Carga horária: 40 horas**

### FISIOTERAPIA AQUÁTICA

- Atividades aquáticas: história, princípios físicos e aplicação
- Vantagens e Desvantagens do Exercício na Água
- Introdução a fisioterapia aquática
- Princípios básicos e suas aplicações
- Efeitos fisiológicos da imersão
- Métodos e técnicas em fisioterapia aquática: Bad Ragaz
- Métodos e técnicas em fisioterapia aquática: Halliwick
- Métodos e técnicas em fisioterapia aquática: hidrocinesioterapia
- Métodos e técnicas em fisioterapia aquática para relaxamento muscular
- Fisioterapia aquática nas afecções traumato-ortopédicas, reumatológicas e do esporte
- Fisioterapia aquática nas afecções neurológicas
- Fisioterapia aquática aplicada à promoção da saúde



**Carga horária: 40 horas**



**DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL**

- Noções gerais da profissão: definição e histórico
- A profissão dentro da área da saúde: nacional e mundial
- Níveis e áreas de atuação
- Entidades de classe: Conselho Federal, Conselhos Regionais e Entidades Associativas
- O papel do profissional: lei do exercício profissional e atividades privativas do fisioterapeuta
- Código de ética da profissão
- Os serviços da profissão
- Atividades do profissional como integrante da equipe de saúde
- Fisioterapeuta na atenção básica à saúde
- Fisioterapeuta no Núcleo de Apoio à Saúde da Família
- Atribuições do fisioterapeuta em saúde coletiva
- Educação para a saúde



**Carga horária: 40 horas**



## COMO É A AVALIAÇÃO

As disciplinas são formadas por Unidades de Aprendizagem, sendo que o seu acesso aos conteúdos disponibilizados em cada uma delas será contabilizado como uma pontuação de progresso, que pode garantir até 3,0 pontos em sua média final. Para isso é necessário:

- ◆ Estudar todos os conteúdos disponibilizados, ou seja, não deixar de acessar nenhuma das *abinhas* que compõem as Unidades de Aprendizagem;
- ◆ Responder corretamente os exercícios propostos.

## PROGRESSO NAS UNIDADES DE APRENDIZAGEM

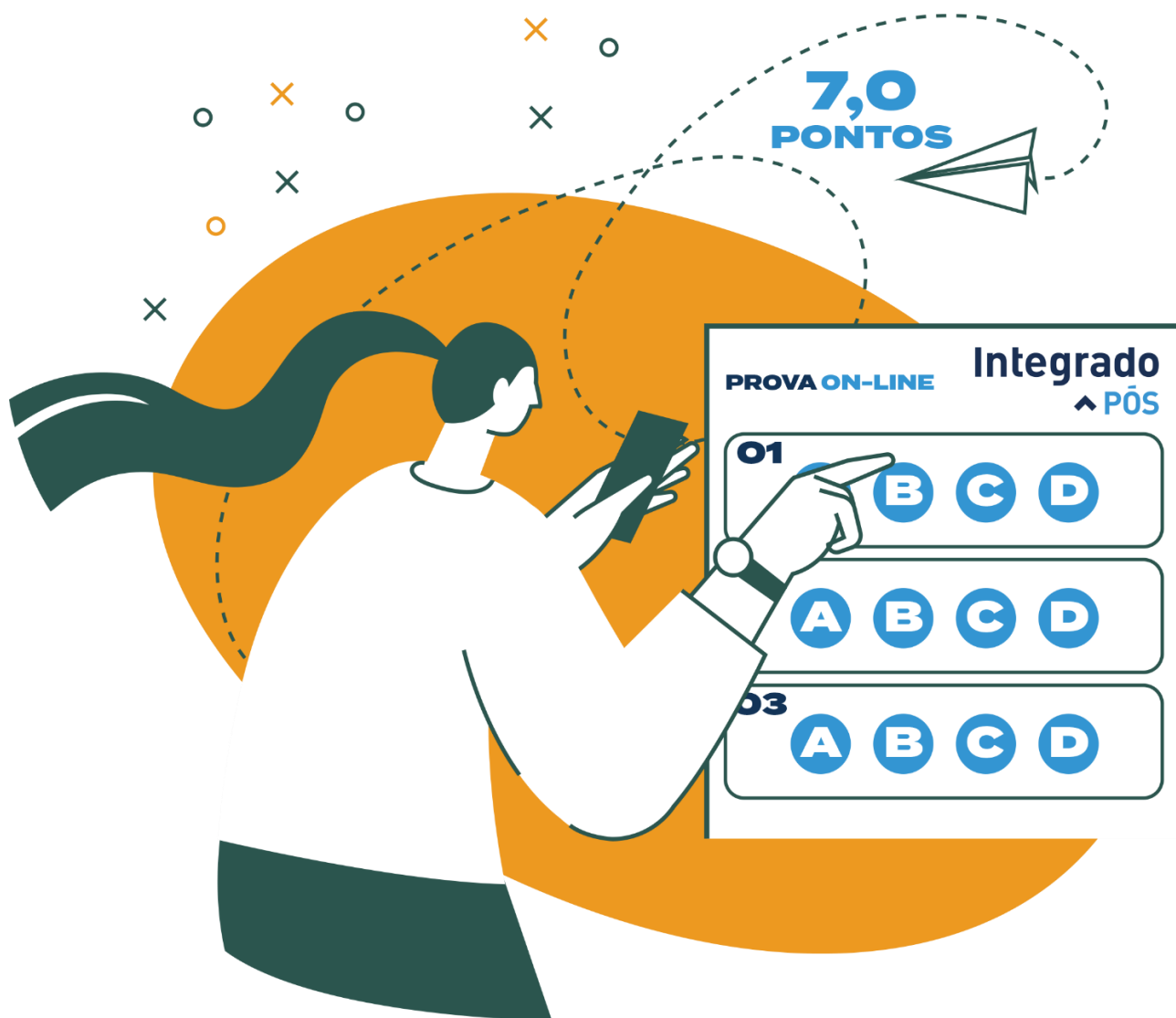


## BIOMECÂNICA DA ATIVIDADE FÍSICA E REABILITAÇÃO

# Integrado

^ PÓS

A pontuação de progresso, será somada à nota que você obtiver na prova on-line, formada por questões objetivas de múltipla escolha acerca dos conhecimentos abordados na disciplina, com valor 7,0.



Ao finalizar todas as disciplinas, você terá concluído o curso e seu certificado será emitido em no máximo três meses.



Não é necessário produzir o TCC, mas se você preferir desenvolver o trabalho, lhe ofereceremos todo o suporte necessário.

# **NÃO PRECISA PRODUZIR**

# **O TCC**



- ◆ Que tal ser o protagonista do seu próprio conhecimento e se especializar na sua área?
- ◆ Matricule-se já e viva o seu sonho!

