

CURSO DE MESTRADO EM PODIATRIA DO EXERC. FÍSICO E DESPORTO

**Unidade curricular:**

Podopatologia Desportiva

Curricular Unit:

Sports Podopathology

**Objetivos da unidade curricular e competências a desenvolver (1000 carateres);**

- Realizar análises podológicas no desporto;
- Indicar as alterações que o desportista deve considerar na sua prática para que o pé e o membro inferior sejam funcionalmente idóneos;
- Identificar, diagnosticar, prevenir e tratar as lesões mais frequentes no pé durante a prática desportiva;
- Orientar o desportista para determinadas modalidades desportivas em função das características morfológicas e funcionais do seu pé e membro inferior;
- Promover a difusão de campanhas educativas, preventivas e orientadoras para melhorar a saúde podológica na prática desportiva, integrando-se em equipas multidisciplinares clínico-desportivas.

Objectives of the curricular unit and competences to be developed (1000 carateres)

- Perform analysis in podiatric sports;
- Indicate the changes that the athlete should consider in their practice to the foot and lower limb are functionally suitable;
- Identify, diagnose, prevent and treat most common injuries in the foot during sports;
- Instruct the athlete to sports determined on the basis of morphological and functional characteristics of your foot and lower limb;
- Promote the dissemination of educational campaigns, and preventive guidelines to improve health in podiatric sports, integrating multidisciplinary clinical teams in sports.

**Conteúdos programáticos (1000 carateres):**

I: FUNDAMENTOS DE PODOLOGIA DESPORTIVA

- Importância e desempenho do membro inferior no desporto.
- Avaliações podológicas prévias à prática desportiva e periódicas.

II: PATOLOGIA E TRAUMATOLOGIA DESPORTIVA DO MEMBRO INFERIOR

- Fundamentos morfológicos, funcionais e traumáticos de patologia desportiva.
- Conceitos gerais de lesões desportivas.
- Relação entre o pé e o esforço físico/desporto em função do género e da faixa etária.
- Lesões ligamentares, musculares, tendinosas, articulares e dermatológicas no desporto.
- Lesões por sobrecarga.

- Mecanopatias.
  - Patologias mais frequentes em diversas modalidades desportivas.
- III: PROCEDIMENTOS PREVENTIVOS E TERAPÊUTICOS NO MEMBRO INFERIOR
- Quiropodologia e Ortopodologia aplicada ao desporto.
  - Ligaduras funcionais.
- IV: CALÇADO DESPORTIVO
- Características específicas de cada modalidade desportiva.
  - Influência do calçado no aparecimento de lesões desportivas e no rendimento desportivo.

Syllabus (1000 caracteres)

- I: FUNDAMENTALS OF SPORTS PODIATRY
- Importance and performance of the lower extremity in sport.
  - Evaluations prior and periodicals of the foot-related sports.
- II: PATHOLOGY AND SPORTS TRAUMATOLOGY OF THE LOWER LIMB
- Morphological, functional and traumatic fundamentals of sports pathology.
  - General concepts of sports injuries.
  - Relationship between the foot and physical effort / sport by gender and age.
  - Ligament, muscle, tendon, joint and skin injuries in sport.
  - Overuse injuries.
  - Mechanic pathologies.
  - Frequent pathologies in various sports.
- III: PREVENTIVE AND THERAPEUTIC PROCEDURES IN LOWER LIMB
- Quiropodology and Ortopodology applied to sport.
  - Functional bandages.
- IV: SPORTS FOOTWEAR
- Specific features of each sport.
  - Influence of footwear in the development of sports injuries and sports performance.

### Referências bibliográficas (máximo três títulos):

1. Walker, B. (2007). The Anatomy of Sports Injuries. North Atlantic Books.
2. Mann, D. & Grugan, C. (2010). Lower Extremity Injury Evaluation CDROM and Activity Manual. Cengage Learning.
3. Roberts, W. (2004). Bull's Handbook of Sports Injuries (2nd ed.). McGrawHill.