

CURSO PRÁTICO SPAT

Curso Pós-congresso SPAT

30 | NOVEMBRO
SÁBADO



Sociedade
Portuguesa
de Artroscopia
e Traumatologia
Desportiva

SPAT.PT



**INSCRIÇÕES OBRIGATÓRIAS
NÚMERO LIMITADO**



**TÍTULO
CURSO**

Desenvolvimento e implementação de estratégias preventivas e de critérios de RTP em Equipas de Futebol de elite... o exemplo do "laboratório" do SCB

Conteúdos programáticos:

- 1. Screening inicial e avaliações em fase pré-lesão:*
 - 1.1 Avaliação da Função aeróbia, anaeróbia, muscular e funcional*
 - 1.2 Construção e interpretação de referências de base, valores de "corte", valores médios de equipa e valores referenciados na literatura.*
- 2. Critérios de "retum to play" (RTP) para o caso das lesões ISQT...um desafio em futebolistas:*
 - 2.1 Função Muscular: Avaliação Isocinética; Single Leg Bridge; Testes de Velocidade*
- 3. Re-atletização/Fase condicional na lesão dos ISQT:*
 - 3.1 Construção de fase de evolução para uma carga crónica de treino adequada à modalidade*
 - 3.3 Sensibilidade à identificação vs risco dos picos repetidos de carga de alta intensidade (constantes ou irregulares).*





Conteúdos programáticos:

4. Critérios de RTP para o caso das lesões Osteo-condrais ou com pós cirúrgico... as especificidades da lesão e reabilitação do ACL, um desafio em futebolistas;
 - 4.1 Função Muscular: Avaliação Isocinética
 - 4.2 Testes de Agilidade Funcional: Hop Test; T-Test; Teste Impulsão Vertical

5. Re-atletização/Fase condicional, na reabilitação de ACL:
 - 5.1 Função Aeróbia (Teste Yo-Yo Intermittent Recovery)
 - 5.2 Função Anaeróbia (Running-Based Anaerobic Sprint Test - RAST)

Detalhes organizacionais do curso

Local de realização:

Cidade Desportiva - Academia de Formação do SC Braga e Estádio Municipal de Braga, sendo usados os respectivos Auditórios, Ginásios e respectivos Campos de futebol.

Horário

8H30: Boas Vindas na Cidade Desportiva S.C.Braga

9H-9H45: Exposição Teórica; Auditório, Cidade Desportiva S.C.Braga

10H-11H30: Início dos "Laboratórios" Práticos (Lab. 1; Lab.2; Lab.3; Cidade Desportiva); (Lab.4; Lab.5; Lab.6; Estádio Municipal)

11H30-11H45: Coffee Break

12H-13H30: Troca dos formandos pelos "Laboratórios" Práticos.

Os que iniciaram na Cidade Desportiva, seguem para os "Laboratórios" do Estádio Municipal e vice-versa.

13H45: Entrega de Certificados

CURSO PRÁTICO
CONGRESSO + CURSO*

50€

60€



**INSCRIÇÕES
LIMITADAS!**



** preço combinado apenas para fisioterapeutas, enfermeiros, outros técnicos e estudantes*