



# Informações das Disciplinas

2024.2



## Sumário

MCS098 – Avaliação física e fisiológica relacionada à prática da atividade física, saúde e desempenho humano.....	3
Ementa.....	3
Referências.....	3

## **MCS098 – Avaliação física e fisiológica relacionada à prática da atividade física, saúde e desempenho humano**

### **Ementa**

Estudo de parâmetros físicos (avaliação da composição corporal e de fatores de risco cardiovasculares) e fisiológicos aplicados ao treinamento esportivo, considerados na rotina pré e pós em programas de atividades físicas voltados para promoção de saúde e aumento do desempenho físico. Parâmetros físicos e fisiológicos nos diferentes desenhos de pesquisa aplicados à área da saúde e desempenho. Técnicas diretas, indiretas e duplamente indiretas de mensuração. Apresentação e discussão de temas atuais relacionadas a avaliação física e fisiológica.

### **Referências**

1. ACSM (2016). Diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição/ American College of Sports Medicine. Rio de Janeiro, Guanabara Koogan.
2. ELLIS, K. J. (1997). Body composition of a young, multiethnic, male population. *Am J Clin Nutr* 66(6): 1323-1331.
3. ELLIS, K. J. (2000). Human body composition: in vivo methods. *Physiol Rev* 80(2): 649- 680.
4. FORBES, G. B. (1999). Body composition: overview. *J Nutr* 129(1S Suppl): 270S-272S.
5. GOING, S. and R. Davis (2003). Composição Corporal. Manual de Pesquisa das Diretrizes do ACSM para o Teste de Esforço e sua Prescrição. ACSM. Rio de Janeiro, Guanabara Koogan.
6. HEYWARD, V. H. and L. M. Stolarczyk (2000). Avaliação da composição corporal aplicada, São Paulo: Manole.
7. MALINA RM and Bouchard C (2002). Modelos e métodos para o estudo da composição corporal. Atividade Física do Jovem ao Atleta: Do Crescimento a Maturação. Malina RM and Bouchard C. São Paulo, Editora Roca: 83-95.
8. NIH Consensus Development Panel on Osteoporosis Prevention Diagnosis and Therapy (2001). Osteoporosis prevention, diagnosis, and therapy. *JAMA* 285(6): 785-795.
9. SILVA, A. M. (2019). Structural and functional body components in athletic health and performance phenotypes. *Eur J Clin Nutr* 73(2): 215-224.
10. SILVA, A. M., D. A. Fields and L. B. Sardinha (2013). A PRISMA-driven systematic review of predictive equations for assessing fat and fat-free mass in healthy children and adolescents using multicomponent molecular models as the reference method. *J Obes* 2013.
11. SILVA, D. A. S. Lima, L. R. A. Gonçalves, E. C. A. Moraes, M. S. Martins, P. C. Lima,
12. T. R. Cordeiro, B. Capistrano, V. Composição corporal do adulto. In: Naves, A. (Org.). Tratado de Nutrição Esportiva Funcional. Guanabara Koogan: Rio de Janeiro, 2021.
13. WANG Z, Shen W, Whithers RT and Heymsfield SB (2005). Multicomponent molecular- level models of body composition analysis (163-176). In: Heymsfield SB, Lohman TG, Wang Z and Going SB. *Human Body Composition*. Champaign, Human Kinetics, 2005.
14. WANG, Z. M., R. N. Pierson, Jr. and S. B. Heymsfield (1992). The five-level model: a new approach to organizing body-composition research. *Am J Clin Nutr* 56(1): 19-28.
15. WELLS, J. C. and M. S. Fewtrell (2008). Is body composition important for paediatricians? *Arch Dis Child* 93(2): 168-172.
16. MCARDLE ET AL. Fisiologia do exercício: energia, nutrição e desempenho humano. 3.ed. Rio de Janeiro, Guanabara Koogan, 1992;
17. NICOLO A, MASSARONI C, PASSFIELD L. Respiratory Frequency during Exercise: The Neglected Physiological Measure. *Front Physiol*. 2017 Dec 11;8:922. doi: 10.3389/fphys.2017.00922. PMID: 29321742; PMCID: PMC5732209.
18. GLADDEN, L.B. 200th anniversary of lactate research in muscle. *Exerc. Sport Sci. Rev.*, Vol. 36, No. 3, pp. 109Y115, 2008.



19. NOAKES, T. Viewpoint: Evidence that reduced skeletal muscle recruitment explains the lactate paradox during exercise at high altitude. *J Appl Physiol* (May 1, 2008). doi:10.1152/jappphysiol.90410.2008
20. BORRESEN J, LAMBERT MI. The quantification of training load, the training response and the effect on performance. 2009. *Sports Med*;39(9):779-95.
21. ESTEVE-LANAO J, FOSTER C, SEILER S, LUCIA A. Impact of training intensity distribution on performance in endurance athletes. *J Strength Cond Res*. 2007 Aug;21(3):943-9
22. FITTS RH. The Role of Acidosis in Fatigue: Pro Perspective. *Medicine and science in sports and exercise*. 2016;48(11):2335-8.
23. TAYLOR HL, BUSKIRK E, HENSCHER A. Maximal oxygen intake as an objective measure of cardio-respiratory performance. *Journal of Applied Physiology* 1955;8(1):73-80.
24. WASSERMAN K, MCILROY MB. Detecting the threshold of anaerobic metabolism in cardiac patients during exercise. *The American journal of cardiology*. 1964;14(6):844-52.