English version at the end of this document

Ano Letivo	2018-19
Unidade Curricular	TRAUMATOLOGIA NO DESPORTO
Cursos	DESPORTO (1.º ciclo) (*) (*) Curso onde a unidade curricular é opcional
Unidade Orgânica	Escola Superior de Educação e Comunicação
Código da Unidade Curricular	15381163
Área Científica	CIÊNCIAS DO DESPORTO
Sigla	
Línguas de Aprendizagem	Português
Modalidade de ensino	Presencial
Docente Responsável	João Miguel Quintino Guerreiro

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)
João Miguel Quintino Guerreiro	TP	TP1	18TP
José Manuel da Cruz Brás	OT; TP	TP1; OT1	12TP; 7.5OT

* Para turmas lecionadas conjuntamente, apenas é contabilizada a carga horária de uma delas.

ANO	PERÍODO DE FUNCIONAMENTO*	HORAS DE CONTACTO	HORAS TOTAIS DE TRABALHO	ECTS
3º	S2	30TP; 7.5OT	112	4

* A-Anual;S-Semestral;Q-Quadrimestral;T-Trimestral

Precedências

Sem precedências

Conhecimentos Prévios recomendados

Anatomofisiologia e Cinesiologia

Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências)

a) Definir lesão traumática no desporto e identificar as lesões mais comuns segundo a modalidade desportiva.

b) Identificar sintomas que indiciem a presença de uma lesão de sobrecarga e estabelecer diferenças entre lesões agudas e crónicas

c) Identificar terminologia usada em traumatologia do desporto e relacionar com o tipo de estrutura anatómica afetada.

d) Identifica causas, sinais, sintomas e fatores de risco de lesões desportivas

e) Descrever características especificas de lesões traumáticas nos jovens.

f) Conhecer os cuidados imediatos pós lesão.

Conteúdos programáticos

1.1 Macro traumatismos versus Microtraumatismos. Causas, sinais e sintomas

1.2 Lesões por sobrecarga: estruturas anatómicas afetadas

1.3 Lesões agudas versus Lesões crónicas. Causas, sinais e sintomas

1.4 Lesões traumáticas no desporto

1.5 Lesões traumáticas nos jovens desportistas

1.6 Fatores de risco intrínsecos e extrínsecos associados a lesões traumáticas no desporto

1.7. Cuidados imediatos pós-lesão

1.8. Ligaduras funcionais e de imobilização

Metodologias de ensino (avaliação incluída)

Aulas expositivas para introduzir novos conhecimentos.

Cased Based Small Group Disscussion e Problem-Based Learning , através da realização de atividades práticas que possibilitarão a consolidação dos conhecimentos.

Trabalho de pesquisa para estimular a aprendizagem ativa onde os estudantes abordam as lesões mais comuns numa atividade desportiva. Será realizada uma apresentação de cada trabalho que permitirá um espaço de discussão

A avaliação contínua através:

1. Uma Prova Escrita de Conhecimentos (PEC) (40%)
2. Avaliação prática das ligaduras (PL) (30%)
3. Trabalho de grupo (30%) com cotação distribuída em trabalho escrito (15%) e apresentação (15%)

O estudante aprova caso a media ponderada seja >= 10,0. Caso a classificação na PEC < 10,0 e/ou trabalho < 10,0 e/ou prática de ligaduras < 10,0, reprova na avaliação contínua e apenas poderá realizar a UC na época de exame.

Na avaliação por exame: PEC (70%) e PL (30%). Aprova se média ponderada >= 10,0 (com PEC >= 10,0 e prática de ligaduras >= 10,0).

Bibliografia principal

Walker, B. (2007). *The Anatomy of Sports Injuries* . Nutbourne: Lotus Publishing.

Gotlin, R. S. (Ed.) (2007). *Sports Injuries guide book* . Champaign, IL: Human Kinetics Inc.

Pessoa, P. & Jones, H (Eds.) (2014). *Traumatologia Desportiva* . Lisboa: Lidel

Hebert, S., Xavier R., Pardini, A. G., Barros Filho, T. E. P. et al. (1998). *Ortopedia e Traumatologia: Princípios e Prática* (2nd ed.). Porto Alegre: Artes Medicas

Sérgio, J. S. (2005). *Fundamentos de Orto-Traumatologia para Técnicos de Saúde* . Loures: Lusociência

Skinner, H. B. (2005). *Ortopedia: Diagnóstico e Tratamento* (3rd ed.). Rio de Janeiro: McGrawHil Publishing Company

Academic Year	2018-19
Course unit	SPORTS TRAUMATOLOGY
Courses	SPORTS (*) (*) Optional course unit for this course
Faculty / School	Escola Superior de Educação e Comunicação
Main Scientific Area	CIÊNCIAS DO DESPORTO
Acronym	
Language of instruction	Portuguese
Teaching/Learning modality	Presential
Coordinating teacher	João Miguel Quintino Guerreiro

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
João Miguel Quintino Guerreiro	TP	TP1	18TP
José Manuel da Cruz Brás	OT; TP	TP1; OT1	12TP; 7.5OT

* For classes taught jointly, it is only accounted the workload of one.

Contact hours

T	TP	PL	TC	S	E	OT	O	Total
0	30	0	0	0	0	7.5	0	112

T - Theoretical; TP - Theoretical and practical ; PL - Practical and laboratorial; TC - Field Work; S - Seminar; E - Training; OT - Tutorial; O - Other

Pre-requisites

no pre-requisites

Prior knowledge and skills

Anatomy, Phisiology and Kinesiology

The students intended learning outcomes (knowledge, skills and competences)

a) To define a traumatic sport injury, to classify it and to identify the most common injuries according to the sport activity

b) To identify symptoms that indicate the presence of a overuse injury and to distinguish acute from chronic injuries

c) To identify the correct terms in sports injuries according to the affected anatomical structure

d) To identify the causes, signals, symptoms and risk factors in the traumatic injuries

e) To describe the specific characteristics of the traumatic injuries in the young players

f) To know the immediate post-injury care

Syllabus

1.1. Macro and micro trauma. Causes, signals and symptoms

1.2. overuse injuries: affected anatomical structures

1.3. Acute and chronic injuries. Causes, signals and symptoms

1.4. Traumatic injuries in sports

1.5. Traumatic injuries in young players

1.6. Intrinsic and extrinsic risk factors related to traumatic injuries in sports

1.7. Immediate post-injury care

1.8.Functional and pressure immobilization bandages

Teaching methodologies (including evaluation)

Lecturing activities to introduce the CU topics

Cased Based Small Group Disscussion and Problem-Based Learning with practical activities that will strengthen the students knowledge

Written work and presentation/ discussion regarding the most common injuries in different sport activities.

Evaluation regards:

1. One Written test (WT) (40%)
2. Bandages practical evaluation (BP) (30%)
3. Written group work (GW) (30%) divided in written work (15%) and presentation (15%)

Student approves with weighted average => 10,0. If WT < 10,0, and/or GW < 10,0 and/or BP < 10,0, students do not approve and have to perform a final exam.

For final exam evaluation: WT (70%) and BP (30%). Student approves if weighted average => 10,0, with WT => 10,0 and BP => 10,0.

Main Bibliography

Walker, B. (2007). *The Anatomy of Sports Injuries* . Nutbourne: Lotus Publishing.

Gotlin, R. S. (Ed.) (2007). *Sports Injuries guide book* . Champaign, IL: Human Kinetics Inc.

Pessoa, P. & Jones, H (Eds.) (2014). *Traumatologia Desportiva* . Lisboa: Lidel

Hebert, S., Xavier R., Pardini, A. G., Barros Filho, T. E. P. et al. (1998). *Ortopedia e Traumatologia: Princípios e Prática* (2nd ed.). Porto Alegre: Artes Medicas

Sérgio, J. S. (2005). *Fundamentos de Orto-Traumatologia para Técnicos de Saúde* . Loures: Lusociência

Skinner, H. B. (2005). *Ortopedia: Diagnóstico e Tratamento* (3rd ed.). Rio de Janeiro: McGrawHil Publishing Company