



COMISSÃO CIENTÍFICA

Cristina Melo (Presidente)
Paula Clara Santos
Paulo Carvalho
Maria António Castro
Duarte Martelo

COMISSÃO ORGANIZADORA

Luís Ventura (Presidente)
Ana Xabregas
Ana Sofia Gaio
Carla Santos
Mariana Fonseca
Rita Simões
Tatiana Assunção

COMISSÃO DE HONRA

DESTINATÁRIOS: Fisioterapeutas e estudantes de Fisioterapia
INSCRIÇÕES LIMITADAS
CRITÉRIO DE SELECÇÃO: ordem de chegada das inscrições

INSCRIÇÕES

As inscrições devem ser enviadas para o endereço electrónico jornadasfisiohmm@gmail.com, ou para A/c Comissão organizadora das 1ªs Jornadas do HMM;
Hospital Misericórdia da Mealhada;
Rua da Misericórdia 3050-387 Mealhada.

CONTACTOS

TelF.: 912 911 341 / 936 118 745.
www.hmmealhada.com/jornadasfisioterapia
jornadasfisiohmm@gmail.com

PREÇO

O preço das jornadas é **25€ para estudantes** e **35€ para profissionais**.

Enviar o comprovativo de transferência no acto de inscrição, devendo esta ser identificada com o NIF
Os estudantes devem enviar comprovativo no acto de inscrição, fotocópia do cartão de estudante.

O NIB PARA AS MESMAS É O
CCAM 004534004017942834237

ALOJAMENTO HOTEL QUINTA DOS TRÊS PINHEIROS

QUARTO TRIPLO OU QUÁDRUPLO - 14€ por pessoa (enviar nome dos ocupantes do quarto)

QUARTO DUPLO - 40€
Inclui pequeno almoço e acesso à piscina

REFEIÇÕES

16 DE MAIO: Jantar Buffet no Hotel Quinta dos Três Pinheiros - 12€

17 DE MAIO: Almoço Convívio 4 Maravilhas da Mesa da Mealhada - 12€ (local a definir)

FICHA DE INSCRIÇÃO

NOME: _____

MORADA: _____

_____ CODIGO POSTAL _____ - _____

CONTACTO TELEFÓNICO: _____

ENDEREÇO ELECTRÓNICO: _____

NIF: _____

ESTUDANTE PROFISSIONAL



1ª JORNADAS DO
HOSPITAL MISERICÓRDIA DA MEALHADA

PROMOÇÃO DA SAÚDE EM FISIOTERAPIA EVIDÊNCIA

16 E 17 DE MAIO

CINE TEATRO MESSIAS

SEXTA 16

PROMOÇÃO DE SAÚDE NO DESPORTO
PROMOÇÃO DE SAÚDE NO TRABALHO

SÁBADO 17

PROMOÇÃO DE SAÚDE EM CRIANÇAS E JOVENS
PROMOÇÃO DE SAÚDE EM SAÚDE MATERNO-INFANTIL
PROMOÇÃO DE SAÚDE EM IDOSOS

APOIO





1ª JORNADAS DO
HOSPITAL MISERICÓRDIA DA MEALHADA

PROMOÇÃO DA SAÚDE EM FISIOTERAPIA EVIDÊNCIA

SEXTA FEIRA 16 DE MAIO

PROMOÇÃO DE SAÚDE NO DESPORTO

14h30 - 16h30

MODERADOR - CRISTINA MESQUITA

1. A importância da avaliação do joelho na prevenção de entorses do tornozelo
Maria António Castro
2. A importância do treino de flexibilidade no desporto
Vitor Ferreira
3. Resultados de um programa de prevenção na recorrência da dor lombar em atletas de Rugby
João Mineiro/Marco Jardim
4. Influência do tipo de chuteira na entorse lateral do tornozelo
Diogo Silva/António Mesquita Montes
5. Efeito de um Programa de Exercícios no tempo de reação dos peroneais em futebolistas
Camilo Moreira/Paulo Carvalho
6. Avaliação isocinética dos desequilíbrios musculares e diferenças bilaterais dos músculos extensores e flexores do joelho em atletas de Andebol, Basquetebol, Futebol, e Voleibol
Jorge Teixeira/Paulo Carvalho

DISCUSSÃO

16h30 -17h00 - COFFEE BREAK

PROMOÇÃO DE SAÚDE NO TRABALHO

17h00 - 18h00

MODERADOR - PAULO CARVALHO

1. Prevenção das LMERTS nas fábricas
Susana Barata
2. Promoção de saúde em Agricultores
Cristina Melo/Sandra Ribeiro
3. A influência de um programa de exercícios específicos em operadores de armazém
Cristina Mesquita
4. Promoção de Saúde nas empregas domésticas
Cristina Melo/Mariana Pinto Cardoso

DISCUSSÃO

SÁBADO 17 DE MAIO

PROMOÇÃO DE SAÚDE EM CRIANÇAS E JOVENS

09h00 - 11h00

MODERADOR - DUARTE MARTELO

1. Avaliação da influência de uma sessão de educação e promoção de saúde sobre infecções respiratórias em pediatria
Ana Silva/Rita Santos
2. Influência da desobstrução nasal em crianças com alterações neuromotoras
Rita Santos

3. Efeito da desobstrução rinofaríngea retrograda na condição nasal e do ouvido médio em crianças até aos 2 anos
Ana Silva/Rita Santos
4. A influência da leitura do livro “ Os Meninos das Costas Perfeitas”, na adoção de comportamentos saudáveis, relacionados com a mochila escolar
Sandra Silva/Cristina Melo

5. Dez minutos pela saúde
Teresinha Marques Noronha

6. Se as Minhas Costas Falassem...” evidência de efetividade
Emanuel Vital

DISCUSSÃO

11h00 -11h30 – COFFEE BREAK

PROMOÇÃO DE SAÚDE EM SAÚDE DA MULHER

11h30 - 13h30

MODERADOR - MARIA ANTÓNIO CASTRO

1. Atividade Física na gravidez
Paula Clara Santos
2. A Influência da Atividade Física durante a Gravidez no Desenvolvimento Fetal
Vânia Alves,/Miriam Couto
3. Efeito do trabalho abdominal na distância intra rectos abdominais no período pós-parto
Fátima Sancho
4. Reeducação dos Músculos do Pavimento Pélvico em Atletas de Voleibol
Margarida Ferreira

5. Efeitos da fisioterapia e cirurgia em mulheres com incontinência urinária
Rui Viana

DISCUSSÃO

13h30 - 15h00 - ALMOÇO

PROMOÇÃO DE SAÚDE EM IDOSOS

15h00 - 17h00

MODERADOR - PAULA CLARA SANTOS

1. O uso de novas tecnologias na avaliação do idoso
Nuno Carvalho/Isabel Tarrío
2. Efeito de um programa de exercícios específicos no Equilíbrio em idosos
António Mesquita Montes/ Filipa Godinho
3. A influência de um programa de exercícios na postura dos idosos
Carlos Crasto/Cristina Melo
4. A influência de um programa de exercícios na força dos extensores em idosos
Nuno Carvalho/Cristina Melo
5. A influência de um programa de exercícios na curvatura torácica em idosos
Cristina Melo/Virginie Carvalho
6. A influência da complexidade de um programa de exercícios específicos na função executiva em idosos
Marisa Mimoso/Cristina Melo

DISCUSSÃO

ENCERRAMENTO

17h30