

nos diferentes contextos onde pode ser ministrado, em prol da SAÚDE E DO JOVEM, de forma a relacioná-las com uma adequada prescrição do exercício e questões interdisciplinares inerentes à especificidade desta população menos do ISCS-N, procurarão refletir profundamente e com maior abrangência ENVELHECIMENTO ATIVO, organizadas pelo Núcleo da Associação de Estudantes AS X JORNADAS CIENTÍFICAS em ATIVIDADE FÍSICA, SAÚDE E DESPORTO – Física, Saúde e Desporto do ISCS-N.

como a que desde 1996 é proclama no curso de Licenciatura em Educação Física, Saúde e Desporto do ISCS-N. seus agentes, de forma a alcançar os níveis de excelência pretendidos e assim de empregabilidade. Porém, é fundamental uma qualificação adequada dos e os 10 %, é considerado um setor de desenvolvimento e, consequentemente, turismo em Portugal e que, com uma taxa de crescimento estimada entre os 5 envelhecer, que implicitamente se poderá associar ao desenvolvimento da oferta de atividades a uma sociedade cada vez mais envelhecida e a os seus SPA, ou das autarquias empenhadas em criar espaços adequados para É cada vez mais crescente o número de ginásios, de uma rede hoteleira com aquisição de estilos de vida saudáveis.

promoção da saúde e do bem-estar, físico e psicológico, conduzentes à Lazer e ao Bem-Estar, onde a ATIVIDADE FÍSICA tem um papel fulcral na verificado uma dinâmica muito positiva nas atividades ligadas à Saúde, ao Na sociedade contemporânea e sobretudo nos últimos anos, tem-se ensino da saúde.

conducente às competências proclama nesta Instituição Universitária de dimensão abrangente, interdisciplinar e cientificamente aprofundada, realizam em conjunto com os outros departamentos, refletem sempre uma três décadas, razão pela qual as Jornadas Científicas que anualmente se Atividade Física e Saúde ministrados no ISCS-N, integrado na CESPUI e criada há cursos de Licenciatura em Atividade Física, Saúde e Desporto e de Mestrado em A ATIVIDADE FÍSICA e a SAÚDE constitui a grande problemática que envolve os

Departamento de Atividade Física  
Saúde e Desporto do Instituto Superior  
de Ciências da Saúde Norte

- Patrícia Mendes
- Diana Sousa
- Ana Moreira
- Cátia Rocha
- Flávio Moreira
- Rita Vieira
- Tiago Nogueira

ATIVIDADE FÍSICA,  
SAÚDE E DESPORTO



ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES  
DO INSTITUTO SUPERIOR DE  
CIÊNCIAS DA SAÚDE - NORTE

AEISCSN



COMISSÃO ORGANIZADORA



EVENTOS CIENTÍFICOS

ISCS-N

22 MAIO CICLO DE CONFERÊNCIAS ISCS-N

22-23 MAIO JORNADAS CIENTÍFICAS

22-23 MAIO

EXPONOR

APOIO



AEISCSN

ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES  
DO INSTITUTO SUPERIOR DE  
CIÊNCIAS DA SAÚDE - NORTE



NÚCLEO AE ISCSN  
ATIVIDADE FÍSICA,  
SAÚDE E DESPORTO

JORNADAS CIENTÍFICAS

AE ISCS-N



ATIVIDADE FÍSICA  
SAÚDE E DESPORTO

ENVELHECIMENTO ATIVO

X JORNADAS  
CIENTÍFICAS

22-23 MAIO

EXPONOR

# ACTIVIDADE FÍSICA SAÚDE E DESPORTO

## ENVELHECIMENTO ATIVO

### 22 MAIO QUINTA-FEIRA

14,00 h  
Receção dos participantes

14,30 h  
**SESSÃO DE ABERTURA**

15,00 h  
Conferência  
**ENVELHECIMENTO BIOLÓGICO: UM FENÓMENO OU UMA PROPRIEDADE**  
Prof. Doutor José Alberto Duarte (Professor Catedrático FADE-UP)  
Presidente da Mesa: Prof. Doutora Graça Guedes (ISCS-N)

16,00 h  
Intervalo

16,30 h  
Simpósio  
**O QUE SIGNIFICA SER IDOSO**  
Coordenador: Prof. Doutor José Alves (ISCS-N)

• **PERSPETIVA PSICOGERONTOLÓGICA**  
Prof. Doutora Manuela Leite (ISCS-N)

• **NUTRIÇÃO, ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE**  
Prof. Doutora M<sup>a</sup>. José Lares (Professora Catedrática FMH-UL)

• **ALTERAÇÕES CARDIOVASCULARES**  
Dr. António Sousa (Hospital de São João)

18,30 h  
Encerramento

### 23 MAIO SEXTA-FEIRA

09,00 h  
Receção dos participantes

09,30 h  
Conferência  
**CONTEXTOS E EMPREENDEDORISMO**  
Prof. Doutora Isilda Dias (ISCS-N)  
Presidente da Mesa: Prof. Doutor José Alves (ISCS-N)

10,30 h  
Intervalo

11,00 h  
Simpósio  
**CONTEXTOS E EMPREENDEDORISMO**  
Coordenadora: Prof. Doutora Mafalda Roriz (ISCS-N)

• **CONCEITOS DE DESPORTO E SAÚDE NO IDOSO URBANO E RURAL**

Prof. Doutora Helena Bento (ISCS-N)  
Prof. Doutor António Manuel Lopes Tavares - Provedor da Santa Casa da Misericórdia do Porto

• **TURISMO SÉNIOR**

António Cândido - Adjunto do Turismo do Porto e Norte

• **MAIA SÉNIOR**

Hernâni da Costa Ribeiro – Vereador do Pelouro do Desporto da Câmara Municipal da Maia

13,00 h  
Intervalo para almoço

14,00 h  
**SESSÃO DE POSTERS**  
Coordenadora: Prof. Doutora Alda Côrte-Real (ISCS-N)

15,00 h  
Conferência  
**ENVELHECIMENTO E OBESIDADE, DUAS EPIDEMIAS DO SÉCULO XXI. PRÁTICAS CORPORAIS ACONSELHADAS**  
Prof. Doutora Joana Carvalho (Presidente do Conselho Científico da FADE-UP)  
Presidente da Mesa: Prof. Doutor Mário Paiva (ISCS-N)

16,00 h  
Intervalo

16,30 h  
Simpósio  
**AS PRÁTICAS CORPORAIS**  
Coordenadora: Prof. Doutora Elisa Marques (ISCS-N)

• **EFEITOS DO PROGRAMA NACIONAL DE MARCHA E CORRIDA NA APTIDÃO FÍSICA, ATIVIDADE FÍSICA E PERCEÇÕES AMBIENTAIS DOS PARTICIPANTES IDOSOS**  
Mestre Susana Carrapatoso (FADE-UP)

• **EXERCÍCIO FÍSICO E O IDOSO COM DEMÊNCIA: EFEITOS DA PARTICIPAÇÃO EM PROGRAMAS DE EXERCÍCIO FÍSICO SOBRE A COGNIÇÃO E FUNCIONALIDADE**  
Mestre Arnaldina Sampaio (FADE-UP)

• **NOVAS TECNOLOGIAS ASSOCIADAS AO BEM-ESTAR DO IDOSO: DESENVOLVIMENTO DE CALÇADO PREDITOR DE QUEDA (PROJETO NEWALK: CALÇADO PARA O FUTURO)**  
Prof. Doutora Denise Soares (ISCS-N)

18,30 h  
Sessão de Encerramento

#### COMISSÃO CIENTÍFICA

Prof. Doutora Graça Guedes  
Prof. Doutor José Alves  
Prof. Doutora Alda Côrte-Real  
Prof. Doutora Elisa Marques  
Prof. Doutora Isilda Dias  
Prof. Doutor Luís Oliveira  
Prof. Doutora Teresa Couceiro  
Prof. Doutora Mafalda Roriz  
Prof. Doutor Mário Paiva  
Prof. Doutora Denise Soares  
Prof. Doutora Helena Bento