

PRR-BDA

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR (FUC)/Ação de Curta Duração (ACD)

1. INFORMAÇÕES DIVERSAS DA UC/ACD

DOCENTES/FORMADORES

Responsável	César Edgar de Sousa Leão
Outros	

UNIDADE CURRICULAR (UC)/Ação de Curta Duração (ACD)

Designação	Curso de Certificação em Antropometria ISAK - Nível 1
Área de Educação e Formação (CNAEF)	813 - Desporto
ECTS	2
Ano	2024
Público-Alvo	Ciências do Desporto, Enfermagem, Ciências da Nutrição, Reabilitação Psicomotora, Dança, Gestão do Desporto, Fisioterapia, Medicina Desportiva e Saúde em geral.
Pré-requisitos	Conhecimentos básicos em: anatomia

HORAS

Teórico-práticas (TP)	24
Práticas-laboratoriais (PL)	0
Trabalho de Campo (TC)	0
Outras (workshops, seminários, visitas de estudo, orientação tutorial,..)	0
Total Horas de Contacto	Presencial – 24h
Total Horas de Trabalho Autónomo	30
Total Horas (Contacto + Autónomo)	54

2. RESUMO DA ACD

De modo a informar o leitor sobre a ACD a sinopse/resumo deverá conter:

- Área de Educação e Formação - de acordo com CNAEF
- a sua índole (Teórico-prática, Prática-laboratorial, workshop...)
- descrição genérica do objeto de estudo
- competências gerais a desenvolver
- metodologia de ensino-aprendizagem
- área profissional / empregabilidade (dá competências necessárias para trabalhar em...)

RESUMO - 1000 caracteres com espaços

Pretende-se que os formandos compreendam os pressupostos da antropometria na avaliação da composição corporal e obtenham competências relacionadas com a realização prática, análise e interpretação de 21 medidas antropométricas (pregas cutâneas, perímetros, diâmetros e medidas básicas), respeitando as normas internacionais de avaliação antropométrica, instituídas pela International Society for the Advancement of Kinanthropometry (ISAK).

3. PROGRAMA DA UC/ACD

A. RESULTADOS DE ENSINO-APRENDIZAGEM (REA) - até 1000 caracteres

Descrever as competências a adquirir (*Learning Outcomes*): Deve indicar o que se pretende que as/os estudantes aprendam no final do processo ensino-aprendizagem, considerando desde o nível cognitivo até ao saber-fazer — Resultados de ensino-aprendizagem (REA)

REAs - 1000 caracteres com espaços

Os formandos devem ser capazes de identificar os pontos de referência, manipular o equipamento antropométrico e obter com rigor 21 medidas do perfil restrito, incluindo estatura, massa corporal, altura sentado, envergadura, oito pregas adiposas (tricipital, bicipital, subescapular, iliocrystal, supraespinal, abdominal, crural e geminal), seis perímetros (braço sem e com contração, cintura, anca, crural e geminal) e dois diâmetros (bicôndilo-umeral e bicôndilo-femoral). Com base na realização dessas medições, deverão ser capazes de estabelecer o perfil antropométrico restrito do sujeito, definindo a sua composição corporal e tipo morfológico.

B. TÓPICOS GERAIS DOS CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS - até 1000 caracteres

Deve identificar os principais tópicos do programa e n.º horas previsto ocupar em cada tópico.

Tópicos do programa – 1000 caracteres com espaços

AULAS TEÓRICAS (6 horas)

- T1. Conceitos básicos de anatomia que suportam identificação dos pontos antropométricos
- T2. Instrumentos de medição antropométrica (designação, manuseamento e calibração)
- T3. Procedimentos éticos associados à avaliação antropométrica
- T4. Precisão e validade das medidas antropométricas
- T5. Limites de tolerância das medidas antropométricas

T6. Conceitos básicos de avaliação da composição corporal (índice de massa corporal, equações preditivas da massa gorda)

AULAS PRÁTICAS (18 horas)

P1. Conceitos básicos de tipologia morfológica

P2. Planos de referência, pontos antropométricos e procedimentos de localização

P3. Manuseamento dos instrumentos de avaliação antropométrica (fita antropométrica, adipómetro, antropómetro e compasso pequeno de pontas curvas)

P4. Determinação do erro técnico de medida;

C. DESCRIÇÃO GERAL DAS METODOLOGIAS DE ENSINO-APRENDIZAGEM (MEA)

- até 1000 caracteres

Deve identificar e descrever genericamente as MEA em função dos REA previamente definidos. Referência aos meios materiais e tecnológicos utilizados

Descrição geral das MEAs - 1000 caracteres com espaços

Aulas teóricas expositivas com recurso a materiais de apoio. Nas aulas práticas os formandos trabalham em pequenos grupos, assumindo alternadamente as funções de anotador ou avaliador das medidas antropométricas abordadas.

D. AVALIAÇÃO

Definir metodologias de avaliação formativa e sumativa (MAFS), presenciais ou através de plataformas tecnológicas, que assegurem a aquisição/ desenvolvimento das competências identificadas nos REAs

Descrição geral das MAFS - 1000 caracteres com espaços

O formando deverá frequentar as horas definidas para o curso, sendo o exame realizado no último dia presencial. O mesmo consiste na realização de 10 medidas antropométricas em três sujeitos-modelo, aplicando uma adequada técnica de medição e considerando os limites de tolerância das medidas antropométricas realizadas. Após aprovação no exame prático e num prazo máximo de quatro meses, o formando deverá enviar um ficheiro XLS com o resultado da avaliação do perfil antropométrico realizado em 20 sujeitos para: cleao@esdl.ipvc.pt. Só após verificação desse registo será atribuído o certificado internacional da ISAK

E. BIBLIOGRAFIA

Deve estar formatado de acordo com as [Normas APA](#). (seguem em anexo, a título de exemplo, as [Normas APA](#)). Identificar outros recursos/materiais de suporte (ex. bases de dados, Manuais ou outros documentos construídos pelas/os docentes e formadoras/es) com indicação do local de consulta, distinguindo-os claramente dos recursos existentes na biblioteca.

E1. PRINCIPAL — Biblioteca da Instituição até 10 referências

Esparza-Ros, F., Vaquero-Cristobal, R., & Marfell-Jones, M. (2019). International standards for anthropometric assessment. International Society for the Advancement of Kinanthropometry (ISAK).