



Avaliação da Condição Física do Atleta para a Prevenção de Lesões e Performance Desportiva

## Avaliação da Condição Física do Atleta para a Prevenção de Lesões e Performance Desportiva

By José Lagiosa 7 de Janeiro, 2021

13 0



A Clínica Pedagógica da Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias do IPCB, em articulação com a área científica de Fisioterapia e a Unidade de Investigação e Desenvolvimento (UID) SHERU do Instituto Politécnico de Castelo Branco (IPCB), vão promover, durante o mês de janeiro, um programa de avaliação de atletas usando uma bateria de testes físicos e funcionais, fundamentados em investigação científica atual.

Esta avaliação, está disponível, para atletas profissionais ou amadores, de qualquer modalidade desportiva.

O resultado será disponibilizado sob a forma de um relatório único, com indicação de eventuais recomendações no caso da identificação de alguma predisposição clínica ou fator de risco para lesão.



Instituto Politécnico  
de Castelo Branco

## Clipping IPCB

Nesta época de condicionamentos relacionados com o COVID-19, o exercício e a atividade física regular ganham especial relevância para a saúde da população.

**AVALIAÇÃO DA CONDIÇÃO FÍSICA DO ATLETA  
PARA A PREVENÇÃO DE LESÕES  
E PERFORMANCE DESPORTIVA**

**Destinatários:  
Atletas profissionais ou amadores  
de qualquer modalidade desportiva**

**Inscrições:  
272340563 /  
clinicapedagogica.esald@ipcb.pt /  
preço 37,50 euros  
início em janeiro 2021 /**

 **CLÍNICA  
PEDAGÓGICA**  
Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias

 **SHERU**  
SPORT, HEALTH AND EXERCISE  
RESEARCH UNIT

 **FISIOTERAPIA**

No entanto, a realização destas atividades, particularmente para os que as não realizavam antes ou para aqueles que as interromperam, pode ser geradora de alguns riscos de lesão, que poderão ser minimizados através deste programa.

A junção destas valências do IPCB permite a disponibilização de um serviço ímpar na região, com o potencial de contribuir para a saúde e a literacia sobre a prática do exercício.

Este serviço tem um custo associado de 37,50 euros, devendo os interessados fazer uma marcação prévia através do telefone 272340563 ou do email

[clinicapedagogica.esald@ipcb.pt](mailto:clinicapedagogica.esald@ipcb.pt).