

## NÚCLEO DE INVESTIGAÇÃO

**Designação:** Exercício e Saúde

A equipa deste núcleo compreende investigadores internos e externos à instituição, estudantes de mestrado e licenciatura, bem como alunos graduados pelo ISCE que atualmente produzem trabalho centrado no âmbito do Exercício Físico, Saúde e Bem-estar. Pretende-se desenvolver uma prática da investigação que contribua para a abertura de novos horizontes na investigação em Exercício e Saúde que conduzam a novas práticas e teorias. Objetiva-se, pois, que o aumento da eficácia na intervenção metodológica em Exercício e Saúde, passe, necessariamente, pelo avanço na investigação dos fatores envolvidos no desempenho dos praticantes.

**Investigador responsável:** Professor Doutora Clarissa Printes

### Investigadores CI-ISCE

- Clarissa Printes
- Armando Costa
- Rodrigo Ruivo

### Colaboradores Externos

- Pablo Carús
- Diogo Teixeira
- Carlos Mergulho
- Nuno Luís

### Artigos Publicados do núcleo de investigação

#### 2017

Ruivo, R. M., Donatelli, R., Parraca J. A. (2017) A Specific Multi-Approach Intervention for Adhesive Capsulitis: A Case Report. *J Excec Sports Orthop* 4(3),1-7.

Ruivo, R. M., Carita Al., Pezarat-correia P., (2017). Effects of a resistance and stretching training program on forward head and protracted shoulder posture in young students aged 15-17 years old. *J Manipulative Physiol Ther*; 40 (1), 1-10.

#### 2016

Ruivo, R. M., Carita, Al., Pezarat-correia P, (2016). Effects of a 16-week strength training program on soccer players. *Science & Sports*.31, 107-113

Ruivo R. M., Carita Al., Pezarat-correia P, (2016). Versão Portuguesa do *American Shoulder and Elbow Surgeons Standardized Shoulder Assessment Form* (ASES): Tradução, adaptação cultural e validação. *Revista Portuguesa de Ortopedia e Traumatologia*; 23(4): 288–9

Ruivo R.M., Pezarat-correia P, Carita Al.(2016) The effects of training and detraining after an 8 month resistance and stretching training program on forward head and protracted shoulder postures in adolescents: randomised controlled study. *Manual Therapy*. 21, 76-82

Printes, C., Costa, A., Malico Sousa, P., Pinheiro, V., & Terra, N. (2016). Prática de Exercício Físico e Função cognitivo – motora: Uma orientação global no controle dos efeitos do envelhecimento. Estudo de Revisão. *Revista de Desporto e Atividade Física*, 8 (1), 37-54

## 2015

Ruivo, R. M., Pezarat-correia P., Carita, Al. (2015) Intrarater and Interrater Reliability of Photographic Measurement of Upper-Body Standing Posture of Adolescents. *J Manipulative Physiol Ther* 38(1):74-80

Tomas-Carus, P., Branco, J. C., Raimundo, A., Garcia, J., Sousa, P. M. & Biehl-Printes, C. (2015). Relação entre a dor generalizada e o limiar de tolerância à dor nos pontos sensíveis em mulheres portuguesas com fibromialgia: impacto sobre a vida diária. *Acta Reumatológica Portuguesa*, 40, 254-261. (Impact Factor now 0.831 © 2015 Thomson Reuters, 2014 Journal Citation Reports®)

## 2014

Mergulho, C., Luís, N., Pinheiro, V. & Malico Sousa, P. (2014). Revisão sistemática sobre o feedback pedagógico no contexto da Educação Física e do Desporto. *REDAF – Revista de Desporto e Atividade Física*, 7(2), 20-31.

Tomas-Carus, P., Biehl-Printes, C., Raimundo, A., Laranjo, L., Pereira, C., Newton Terra, L., Malico Sousa, P. & Fernandes, J. (2014). A cross-sectional study on physical and sedentary activity and health-related quality of life in institutionalized vs. non-institutionalized elderly. *PAJAR - Pan American Journal of Aging Research*, 2(1), 15-22.

Biehl-Printes, C., Teixeira, D., Costa, A., Pinheiro, V., Sousa, P., Cruz, J. & Tomas-Carus, P. (2014). A comparative study of the functional fitness and perception of quality of life among elderly participants and non-participants of Universities of third age. *Journal of Aging and Innovation*, 3(3), 39-49.

Rasteiro, M., Silva, V., Marçal, V., Monteiro, V., & Pinheiro, V. (2014). O Perfil do Treinador de Fitness em Portugal. *Revista de Desporto e Atividade Física*, 7,2

Morgado, J. P., Monteiro, C. P., Matias, C., Alves, F., Pessoa, P., Reis, J., Martins, F., Raposo, M., Seixas, T., Laires, M. J. (2014). Sex-Based Effects on Immune Changes Induced by a Maximal Incremental Exercise Test in Well-Trained Swimmers. *Journal of Sports Science and Medicine*, 13, 708-714

Ruivo, R. M., Pezarat-Correia P., Carita, Al. (2014) Cervical and shoulder postural assessment of adolescents between 15 and 17 years old and association with upper quadrant pain. *Brazilian J Phys Ther*, 18(4):364-71.

Donatelli, R., Ruivo, R. M., Thurner, M., & Ibrahim, M. I. (2014). New concepts in restoring shoulder elevation in a stiff and painful shoulder patient. *Physical Therapy in Sport: Official Journal of the Association of Chartered Physiotherapists in Sports Medicine*, 15(1), 3–14

## 2013

Sousa, A. A., Teixeira, D. S., Pinheiro, V., & Printes, C. (2013). Nutrição na atividade física e estilos de vida saudáveis: Novas perspectivas. *Revista de Desporto e Atividade Física*, 6,2

Ruivo, R. M., Pezarat-Correia, P., Carita, A. I., Vaz, J. R. (2013). Reliability and validity of angular measures through the software for postural assessment. *Postural Assessment Software. Rehabilitación*, vol. 47 (4); 223-228

**Livros****2016**

Biehl-Printes, C., Costa, A., Marmeleira, J., & Carús, P. (2016). *Gerontomotricidade: Programa de exercício físico para pessoas idosas*. Editora Self

**2015**

Ruivo, R. M. (2015). *Manual de Avaliação e Prescrição de Exercício (3ª Edição)*. Lisboa: Editora Self

**Capítulos de Livros****2017**

Correia, M. (2017). Anatomia funcional. In D. Teixeira, P. Marques & C. Gaspar (Eds.), *Manual do técnico de exercício físico* (11-31). Lisboa: Edições Manz. ISBN: 978-972-8831-14-1.

Correia, M. (2016). Turismo de Aventura e/ou de Natureza, uma mais-valia nacional. In N. Abranja, A. A. Alcântara, F. Coelho, R. V. Ferreira, A. Marques, & T. Ribeiro (Eds.), *Produtos, mercados e destinos turísticos* (49-54). Mangualde: Edições Pedagogo. ISBN: 978-972-8980-65-0.

Pinheiro, V., Coelho, F., & Baptista, B. (2017). Fun Activities in Sport: Um Método Integrado de aplicação da Expressão Motora. Supervisão, Liderança e Inclusão. Edições Pedagogo

Ruivo R. M. & Pezarat-Correia P. Princípios para a seleção de exercícios de treino de força para a musculatura do membro superior. In Mil-Homens, P.; Correia, P. P. & Mendonça, G. V. (2017). 1º Eds. *Treino da Força: Princípios Biológicos e Métodos de Treino. Volume II*. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.

**Instituições / Parcerias**

- Universidade de Évora
- Clube Clínica das Conchas
- Pontifícia Universidade Católica de Rio Grande do Sul - Brasil

**Observações:**