

Curso de Avaliação Física - Pulsar

1. OBJETIVO:

O Curso aborda todo o trabalho de Avaliação Física, mostrando a prática da coleta de dados e colocando o participante do curso, a ter contato e manusear os instrumentos de medidas como: compasso de dobras cutâneas, compasso de pontas rombas (paquímetro), aparelho de medida da pressão arterial e bioimpedância. Mostra como realizar os cálculos de Composição Corporal com os mais diferentes protocolos e o funcionamento geral de um Laboratório ou Centro de Avaliação Física.

Informar, atualizar e preparar os alunos, Professores de Educação Física, Nutricionistas, Fisioterapeutas e outros profissionais da área da Saúde a selecionar e aplicar protocolos de testes e medidas de avaliação com segurança e proteção ao aluno ou paciente, para que obtenham dados fidedignos e válidos.

Organizar e conduzir um programa de exercícios (em indivíduos saudáveis e naqueles com doenças sob controle), prescrições de exercícios planejados para se adequarem as necessidades individuais e as capacidades de cada paciente, ministrar programas preventivos de exercícios e reavaliar o programa.

2. ABRANGÊNCIA:

Informar, atualizar e preparar os alunos, Professores de Educação Física, Nutricionistas, Fisioterapeutas e outros profissionais da área da Saúde das diferentes áreas de atuação e universidades.

3. RESPONSABILIDADE:

3.1. Pulsar:

- Reserva do Auditório;
- Materiais Audiovisuais;
- Confecção do Banner de Divulgação;
- Divulgação do evento;
- Condução das Inscrições;
- Entrega dos certificados;
- Distribuição de bolsas para os laboratórios;

- Planejamento e Organização do Curso;
- Negociação de livro.

4. DETALHAMENTO:

4.1 – INSCRIÇÃO:

- Para efetuar a inscrição é necessário que, o aluno realize o pagamento de acordo com os dados bancários divulgados e depois envie e-mail, anexando comprovante de depósito, para: pulsar@eefd.ufrj.br
- As matrículas serão realizadas até o dia 17/04/2012 às 23hs:59min;
- Podendo ainda, ser realizada na sede da Pulsar Consultoria – Endereço: Pulsar Consultoria / EEFD - Ilha do Fundão – Rio de Janeiro.

4.1.1 – INSCRIÇÃO NA SEDE:

A sede da Pulsar Consultoria está de portas abertas das 08hs:00min até as 20hs:00min de segunda à sexta-feira.

Nossa sala fica próxima à área da piscina.

Endereço: Anexo à piscina – Sala 03 (Portão Azul – Do lado da sala de materiais aquáticos).

OBS: Exceto horários de fechamento para reunião.

4.1.2 – INSCRIÇÃO ON-LINE:

Efetue o pagamento e envie e-mail para pulsar@eefd.ufrj.br solicitando a confirmação da inscrição, mediante o envio do comprovante de depósito.

Para maiores informações, entrar no site: www.eefd.ufrj.br/pulsar

4.2 – DIVULGAÇÃO E DURAÇÃO:

4.2.1– DIVULGAÇÃO: On-line; Mural; Sala; Externa (Universidades e Academias).

4.2.2–DURAÇÃO: De 8 horas até às 17 horas.

HORA	CRONOGRAMA	LOCAL
08hs:00min as 09hs:00min	- Inscrições e resgate dos materiais; - Coffee Break Abertura.	Recepção do Auditório
09hs as 12hs:30min	- Aula.	Auditório Hélio Fraga
12hs:30min as 13hs:30min	- Almoço.	CCS ou H.U.
13hs:30min as 17hs:00min	- Aula.	Auditório Hélio Fraga
17hs:00min as 18hs:00min	- Encerramento; - Entrega declarações; - Coffee Break Encerramento.	Recepção do Auditório

4.3. – CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

- Dermatoglifia – Aplicação Prática;
- Teoria e prática de utilização da Bioimpedância e outros aparelhos de estimação da composição corporal;
- Antropometria: peso, estatura, circunferências e diâmetros.
- Composição Corporal: técnicas para a sua determinação (dobras cutâneas, pontos de medidas);
- Protocolos e equações para cálculo do percentual de gordura (Dobras Cutâneas e Circunferências) peso da gordura, peso ideal teórico, equações para fracionamento da composição corporal (peso ósseo, peso muscular);
- Protocolos de teste de VO_2 (Bicicleta Ergométrica e Esteira Rolante), identificar critérios para a interrupção de um teste de aptidão física e espirometria;
- Fundamentos e métodos para o monitoramento da Frequência Cardíaca e da Pressão Arterial;
- Recursos da informática na Avaliação Física.

4.4. – DAS VAGAS:

As vagas são limitadas. A lotação máxima é de 70 pessoas.

4.5 – INVESTIMENTO:

O valor discriminado abaixo refere-se a inscrição no curso de Avaliação Física Teórico & Prático da Pulsar. Neste valor, está incluso Coffee Break de abertura; Material do Curso; Livro: **NOVAS TENDÊNCIAS DA AVALIAÇÃO FÍSICA (ISBN: 978-85-909946-1-9)** do Professor e Autor José Fernandes Filho e Coffee Break de encerramento.

- Valor do Curso: R\$ 50,00.

OBS: O livro estará à venda no dia. Aos que interessar, o mesmo será vendido pelo valor de R\$ 30,00. Vale ressaltar que, comprando o livro em uma revendedora. O menor preço de venda encontrado é de R\$ 60,00.

4.6 – FORMAS DE PAGAMENTO:

O pagamento pode ser realizado de duas maneiras:

- 1- Transferência Bancária – O depósito deverá ser em favor de:
Banco do Brasil (001)
Agência: 3652-8
C/C: 89.332-3
Thiago Russo Lourenço
- 2- Pagamento direto na Sede – O pagamento poderá ser realizado em espécie ou cheque. E entregue na sede da Pulsar Consultoria.

4.7 – EMISSÃO DE CERTIFICADO:

Os certificados serão emitidos pela UFRJ; E, posteriormente, entregue pela Empresa Júnior Pulsar Consultoria.

Ao final do curso, será entregue uma declaração de participação. Está deverá ser utilizada até que os certificados fiquem prontos.



4.8 – LOCALIZAÇÃO:

O Curso será realizado no Auditório Hélio Fraga Filho, localizado à Avenida Carlos Chagas Filho; nº: 373 – Centro de Ciências da Saúde (CCS) – Bloco K; 2º Andar.

REFERÊNCIAS:

- Em frente ao Prédio da Escola de Educação Física e Desportos;
- Entrada do CCS – Faculdade de Medicina.
- Próximo a agência dos Correios que fica dentro CCS.

4.9. – INSTRUÇÕES:

No site: www.eefd.ufrj.br/pulsar

No Facebook: Criar evento no Facebook.