

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

Curso:	Licenciatura em Psicologia do Desporto e do Exercício					
Unidade Curricular:	<i>Psicologia das Lesões Desportivas</i>					
Módulo (se aplicável):	Não aplicável					
3.º ANO	2.º semestre	ECTS: 5				
Horas de contacto:	T: 15	TP: 30	PL:	OT: 5	TC:	S:
Regente (categoria, grau académico, nome, e-mail):	Professor-Adjunto equiparado Mestre Luís Gonzaga (lgonzaga@esdrm.pt)					
Docentes (categoria, grau académico, nome, e-mail):	Professor-Adjunto equiparado Mestre Luís Gonzaga (lgonzaga@esdrm.pt)					
Objectivos:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar os antecedentes psicológicos e sociais predisponentes da vulnerabilidade à lesão desportiva; 2. Conhecer e comparar as diferentes abordagens explicativas da relação stress - lesão desportiva; 3. Identificar os principais sinais de reactividade cognitiva, emocional e comportamental à lesão desportiva; 4. Identificar e explicar potenciais estratégias de <i>coping</i> a mobilizar pelo atleta lesionado; 5. Explicar alternativas de intervenção psicológica especializada no processo de reabilitação das lesões desportivas. 					
Conteúdos:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lesão no Desporto e Psicologia <ol style="list-style-type: none"> a. Conceito e Codificação da Lesão b. Epidemiologia das Lesões no Desporto c. Psicologia das Lesões, Psicologia e Ciências do Desporto 2. Risco e Prevenção da Lesão Desportiva <ol style="list-style-type: none"> a. Avaliação e Controlo do Stress b. Modelo de Stress e Vulnerabilidade à Lesão Desportiva 3. Resposta Psicológica associada à Lesão Desportiva <ol style="list-style-type: none"> a. O Ciclo Emocional da Lesão b. Modelo Integrado de Resposta à Lesão no Desporto c. Custos e Ganhos dos Atletas Lesionados d. Inadaptação à Lesão e Papel do Psicólogo do Desporto 4. Processo de Reabilitação da Lesão Desportiva <ol style="list-style-type: none"> a. Modelos de Intervenção em Crise e Suporte Social b. Cognição e Processo de Recuperação c. Reabilitação e Retorno à Competição 5. Intervenção Psicológica Especializada <ol style="list-style-type: none"> a. Percepção e Controlo da Dor b. Técnicas Cognitivas e Motivacionais no Programa de Reabilitação 					
Avaliação:	Contínua: A) Realização de trabalho individual (15%); B) Participação individual nas actividades propostas através da Tutoria Electrónica (10%); C) Realização de tarefas em grupo: acompanhamento das aulas e trabalho de campo (30%); D) Prova escrita de avaliação (45%).					
	Final: A) Realização de trabalho individual (5%); B) Participação individual nas actividades propostas através da Tutoria Electrónica (5%); C) Prova escrita de avaliação (90%).					
Bibliografia principal:	<ul style="list-style-type: none"> • Brewer, B. W. (2001). Psychology of Sport Injury Rehabilitation. In Robert N. Singer, Heather A. Hausenblas, & Christopher M. Janelle (Eds.). <i>Handbook of Sport Psychology</i>, 2nd. Ed., pp. 788-809. New York: John Wiley & Sons, Inc. • Brown, C. (2005). Injuries: The Psychology of Recovery and Rehab. In Shane Murphy (Ed.), <i>The Sport Psych Handbook</i>, pp. 215-235. Champaign, IL: Human Kinetics. • Buceta, J. M. (1996). <i>Psicología y lesiones deportivas: prevención y recuperación</i>. Madrid: Dykinson. • Dykstra, G. (1998). <i>Psychology of Sport Injury</i>. NATA Professional Achievement Self-Study Program Course. Champaign, IL: Human Kinetics. • Heil, J. (1993). <i>Psychology of Sport Injury</i>. Champaign, IL: Human Kinetics. • Murphy, S. (1995). <i>Sport Psychology Interventions</i>. Champaign, IL: Human Kinetics. • Rotella, R. J., & Heyman, S. R. (1991). El estres, las lesiones y la rehabilitation psicológica de los deportistas. In Jean M. Williams (Ed.). <i>Psicología Aplicada al Deporte</i>, pp. 493-522. Madrid: Biblioteca Nueva. • Taylor, J., & Taylor, S. (1997). <i>Psychological Approaches to Sports Injury Rehabilitation</i>. Gaithersburg, MD, Aspen Publishers. 					