



Seminário “Envelhecimento com dEFICIÊNCIA”

Local: Museu da Pedra – Cantanhede

Data: 08/12/2018

Horário: 9h – 17h

Organização: APPACDM de Coimbra

Apoios: Câmara Municipal de Cantanhede; Peroneo, Centro Terapêutico; IPDJ.

Programa:

9h. Sessão de Abertura

9:15h. EXERCÍCIO FÍSICO – Tiago Rocha (Formador Master Science Lab)

- Contextualização da prática de Exercício Físico na sociedade actual
- A expressão Motora e Emocional do Movimento
- A importância do Exercício Físico na Reabilitação da Lesão Encefálica
- Doenças e Lesões Encefálicas: abordagem e caracterização de cada condição e factores a ter em consideração na prescrição de exercício
 - Síndrome de Down
 - Alzheimer
 - Autismo
 - Parkinson
 - AVC

13h. Almoço

14:30h. NUTRIÇÃO – Ana Carolhas (Nutricionista no Centro de Saúde Norton de Matos)

- Intervenção Nutricional e Dietética
 - Obesidade
 - Diabetes tipo 2
 - Factores de risco cardiovascular
 - A relação da Nutrição com o Exercício Físico

16h. ESTIMULAÇÃO COGNITIVA – Ana Mendes (Terapeuta Ocupacional na APPACDM de Coimbra)

- Definição de Incapacidade Intelectual – Critérios
- Envelhecimento e o seu impacto nesta população
- Estimulação Cognitiva em pessoas com Incapacidade Intelectual com sinais de demência de acordo com as funções cognitivas
 - Novo desafio na intervenção
 - “Guia para um Cérebro Ativo” – exemplos de material e estruturação de sessões

17h.ENCERRAMENTO