



UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA



FICHA DE COMPONENTE CURRICULAR

CÓDIGO:	COMPONENTE CURRICULAR: Tópicos em Esportes - Fadiga	
UNIDADE ACADÊMICA OFERTANTE: FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA		SIGLA: FAEFI
CH TOTAL TEÓRICA: 30 horas	CH TOTAL PRÁTICA: 0 horas	CH TOTAL: 30 horas

1. **OBJETIVOS**

Discutir os conceitos e modelos de fadiga propostos pela literatura.

2. **EMENTA**

Estudo dos conceitos de fadiga. Causas e consequências da fadiga durante o exercício. Fadiga central e periférica. Modelos teóricos de explicação da fadiga. Fadiga e exaustão durante diferentes tipos de exercício.

3. **PROGRAMA**

Unidade 1: Conceitos de fadiga e exaustão

Unidade 2: Modelos teóricos de explicação da fadiga

Unidade 3: Fadiga em diferentes tipos de exercício

Unidade 4: Métodos de determinação da fadiga

4. **BIBLIOGRAFIA BÁSICA**

MCARDLE, W. D.; KATCH, F. I.; KATCH, V. L. **Fisiologia do exercício**: energia, nutrição e desempenho humano. 4.ed., Guanabara Koogan, Rio de Janeiro, 1998.

POWERS, S. K. ; HOWLEY, E. T. **Fisiologia do exercício**: teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho. 8. ed. Manole, São Paulo, 2014.

WILMORE, J. H. ;COSTILL, D. L. **Fisiologia do esporte e do exercício**. 2. ed. Barueri, São Paulo, 2001.

5. **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR**

GARRETT, W. E. ; KIRKENDALL, D.T. **A ciência do exercício e dos esportes**. Porto Alegre: Editora Art Méd, 2003.

GUYTON, A. C. & HALL, J. E. **Tratado de fisiologia médica**. 10. ed. Rio de Janeiro: Guanabara, 2002.

NEDER, J.A.; NERY, L.E. **Fisiologia clínica do exercício**: teoria e prática. Artes Médicas: São Paulo, 2003.

ROBERGS, R.A.; ROBERTS, S.O. **Princípios fundamentais de fisiologia do exercício**: para aptidão, desempenho e saúde. São Paulo: Phorte, 2002.

WEINECK, J. **Treinamento ideal**. São Paulo: Manole, 1999.

6. APROVAÇÃO

Prof. Dr. Cristiano Lino Monteiro de Barros
Coordenador do Curso Educação Física

Prof. Dr. Marcos Seizo Kishi
Diretor da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia



Documento assinado eletronicamente por **Cristiano Lino Monteiro de Barros, Coordenador(a)**, em 26/05/2022, às 14:24, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Marcos Seizo Kishi, Diretor(a)**, em 30/05/2022, às 18:59, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://www.sei.ufu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **3588762** e o código CRC **EOEBEB1E**.