



CURSO	Mestrado em Educação Física
DISCIPLINA	Sinalizadores de estresse e potencializadores do Rendimento Esportivo (PEF42SE)
CARGA HORÁRIA	60h
CRÉDITOS	4
PROFESSOR	Dr. Julio Cesar Bassan

EMENTA

Oportunizar ao aluno a vivência e o contato para utilização de Parâmetros Bioquímicos e Fisiológicos nas mais variadas cargas e fases do treinamento e no Esporte de Rendimento; investigar possíveis Sinalizadores de Estresse do treinamento; Estudo dos recursos ergogênicos, suas variáveis e consequências; Estudo dos genes candidatos ao rendimento esportivo.

BIBLIOGRAFIA

- FERGUSON, B. S.; ROGATZKI, M. J.; GOODWIN, M. L.; KANE, D. A.; RIGHTMIRE, Z.; GLADDEN, L. B.. **Lactate metabolism: historical context, prior misinterpretations, and current understanding**. European Journal of Applied Physiology jan 2018
- BOURDON, P.C.; CARDINALE, M.; MURRAY, A.; GASTIN, P.; KELLMANN, M.; VARLEY, M. C.; GABBETT, T. J.; COUTTS, A. J.; BURGESS, D. J.; GREGSON, W.; CABLE, N. T. **Monitoring Athlete Training Loads: Consensus Statement**. International Journal of Sports Physiology and Performance, 2017, 12, S2-161 -S2-170.
- PEAKE, J. M.; NEUBAUER, O.; WALSH, N. P.; SIMPSON, R. J. **Recovery of the immune system after exercise**. J Appl Physiol 122: 1077-1087, 2017
- MARCELO ROMANOVITCH RIBAS, MATHEUS SCHEFFEL, PRISCILA FERNANDES, JULIO CÉSAR BASSAN, ELOY IZQUIERDO RODRÍGUEZ.. **Strategies to reduce pre-competition body weight in mixed martial arts**; Arch Med Deporte 2017;34(6):321-325
- ELAINE C. LEE, MAREN S. FRAGALA, STAVROS A. KAVOURAS, ROBIN M. QUEEN, JOHN LUKE PRYOR, AND DOUGLAS J. CASA. **Biomarkers in Sports and Exercise: Tracking Health, Performance, and Recovery in Athletes**. e Journal of Strength & Conditioning Research. 31(10):2920-2937, October 2017.
- RIBAS, M. R.; OLIVERIA, W. C. ; SOUZA1, H. H. ; FERREIRA, S. C. S. ; WALESKO, F. ; BASSAN, J.C. . **The Assessment of Hand Grip Strength and Rapid Weight Loss in Muay Thai Athletes**. JOURNAL OF EXERCISE PHYSIOLOGY ONLINE, v. 22, p. 130-141, 2019.