

revista de Medicina **DESPORTIVA** informa

Bimestral Ano 7 Número 02
Março 2016
www.revdesportiva.pt
Preço – 2,50€

Editorial

O encanto da Medicina é também o seu dinamismo assente em permanente inovação e evolução. Nesta edição constata-se a alteração de um paradigma no que concerne ao exame de aptidão médico-desportivo. A atualização das recomendações do Colégio Americano de Medicina Desportiva são de uma pedagogia profunda. Para além das queixas e das doenças, importa saber a intensidade do exercício a praticar e o nível de condição física do candidato: estar bem fisicamente e praticar uma modalidade de intensidade moderada é bastante mais seguro que para o obeso, o descondicionado, que joga futebol uma vez por semana com os amigos. As estatísticas assim o afirmam e o resumo aqui incluído dá mais esclarecimentos. Também a UEFA publicou um guia sobre a lista de substâncias proibidas elaborada pela AMA. O médico prescritor deve conhecê-lo para que se evitem alguns "casos positivos" no desporto, não com a intenção de dopar, mas apenas por desconhecimento, por exemplo, que os diuréticos são proibido, mas passíveis de utilização em alguns casos. O resumo aqui também incluído dá algumas indicações, mas não exclui a leitura dos documentos oficiais. Basil Ribeiro, diretor

Sumário

Entrevista: Dr. Jaime Milheiro	2
Notícias	3
Atualidade:	
Updating ACSM' Recommendations for Exercise Preparticipation Health Screening	6
UEFA Guide to the WADA prohibited list	8
Caso clínico: Fibromatose Plantar Bilateral em Corredor Recreativo	10
Temas:	13
O Impacto do Exercício Físico na Função Endotelial	13
Aminoácidos de Cadeia Ramificada e Fadiga Central	15
Osteólise Distal da Clavícula Atraumática	19
O Saco de Emergência Médica da FIFA	22
Surgeon General's Call to Action to Promote Walking	23
Resumos: XXVI Curso de Reabilitação e Traumatologia do Desporto	25
Tema 1: Patologia do Tendão – atualidades, controvérsias, evidências	25
Tema 2: Patologia do tendão – atualidades na clínica	27
Tema 3: Patologias do músculo – atualidades, controvérsias e evidências	28
Tema 4: Patologia do músculo – atualidades na clínica	31
Agenda	32

facebook

www.facebook.com/
RevistaDeMedicinaDesportiva
Informa

COMISSÃO CIENTÍFICA: **CARDIOLOGIA** | António Freitas, Dr – Lisboa – Centro de Medicina Desportiva de Lisboa | Miguel Mendes, Dr – Lisboa – Hospital de Santa Cruz | Ovídio Costa, PhD – Porto – Faculdade de Medicina do Porto | Teles Martins, PhD – Lisboa – Departamento de Saúde Naval | Veloso Gomes, Dr – Faro – Hospital de Faro | **CIRURGIA GERAL** | Bernardo Vasconcelos, Dr – Lisboa – Serviços Clínicos da Portugal Telecom | **DERMATOLOGIA** | Osvaldo Correia, PhD – Porto – Faculdade de Medicina do Porto | **FILOSOFIA DA MEDICINA** | Manuel Sérgio, PhD – Lisboa | **FISIATRIA** | Páscoa Pinheiro, PhD – Coimbra – Faculdade de Medicina de Coimbra | **FISIOLOGIA** | Gomes Pereira, PhD – Lisboa – Faculdade de Motricidade Humana | José Alberto Duarte, PhD – Porto – Faculdade de Desporto do Porto | **IMUNOALERGOLOGIA** | André Moreira, PhD – Porto – Hospital de S. João | **MEDICINA DESPORTIVA** | J. L. Themudo Barata, PhD – Covilhã – Universidade Beira Interior | João Paulo Almeida, PhD – Lisboa – Sport Lisboa e Benfica | Luís Horta, PhD – Lisboa – Autoridade Antidopagem do Brasil | Maria João Cascais, PhD – Lisboa – Sport Lisboa e Benfica | **MEDICINA INTERNA** | Teixeira Veríssimo, PhD – Coimbra – Faculdade de Medicina de Coimbra | **NUTRIÇÃO** | Vitor Hugo Teixeira, PhD – Porto – Faculdade de Ciências da Nutrição | **ORTOPEDIA** | Fernando Fonseca, PhD – Coimbra – Faculdade de Medicina de Coimbra | João Espregueira Mendes, PhD – Universidade do Minho; Director Clínico da Clínica do Dragão – Universidade do Minho | João Gamelas, PhD – Lisboa – Faculdade de Ciências Médicas de Lisboa | José Carlos Noronha, PhD – Porto – Gestifute; Ordem da Trindade | Leandro Massada, PhD – Porto – Centro de Medicina Desportiva do Porto | **PEDIATRIA** | Carla Rêgo, PhD – Porto – Instituto CUF Porto. Faculdade de Medicina da UP. | **PNEUMOLOGIA** | Robalo Cordeiro, PhD – Coimbra – Faculdade de Medicina de Coimbra | **PSICOLOGIA** | Sidónio Serpa, PhD – Lisboa – Faculdade de Motricidade Humana | **REUMATOLOGIA** | Carlos Vaz, PhD – Porto – Hospital de S. João. **COMISSÃO DE COLABORADORES:** **FISIATRIA** | Gonçalo Borges, Dr – Porto – Hospital da Prelada | Jorge Lains, Dr – Coimbra – Hospital Rovisco Pais | Pedro Cantista, Dr – Porto – Centro Hospitalar do Porto | Pedro Lemos Pereira, Dr – Coimbra – Hospital Universitário de Coimbra | Raul Maia e Silva, Dr – Porto | **MEDICINA DESPORTIVA** | Domingos Gomes, Dr – Porto – CESPU | João Beckert, Dr – Lisboa – Centro de Medicina Desportiva de Lisboa | José Ramos, Dr – Porto – Clínica de Gondomar | Nelson Puga, Dr – Porto – Futebol Clube do Porto | Paulo Beckert, Dr – Lisboa – FPF – Clínica Cuf Alvalade | Pedro Saraiva, Dr – Coimbra – Associação Académica de Coimbra | Valério Rosa, Dr – Lisboa – Sociedade Portuguesa de Medicina Desportiva | **MEDICINA GERAL E FAMILIAR** | José Maria Henriques, Dr – Vila Nova de Gaia – Unidade de Saúde Familiar de Santa Marinha | **ORTOPEDIA** | Henrique Jones, Dr – Setúbal – Clínica Dr. Henrique Jones | José Lourenço, Dr – Porto | Paulo Amado, Dr – Rio Tinto – Clínica Dr. Paulo Amado | Pereira de Castro, Dr – Lisboa – SPAT; Desporsano, Clínica de Desporto | **RADIOLOGIA** | Joaquim Agostinho, Dr – Viseu – Hospital São Teotónio

FICHA TÉCNICA | Diretor e Editor **BASIL VALENTE RIBEIRO** | Diretor adjunto **PEDRO LEMOS PEREIRA** | Sub-diretor **JOSÉ RAMOS** | Departamento de comunicação **ANA PAULA RIBEIRO** | Produção **REVDESSPORTIVA,LDA** | Design e Paginação **JOSÉ TEIXEIRA** | Impressão **MULTITEMA** – Porto | Propriedade **REVDESSPORTIVA, LDA**. Rua do Sobreiro 225, Canidelo 4400-590 V N Gaia. | Telefone/Fax – 227810869 | E-mail: basil@sapo.pt | **www.revdesportiva.pt** | Periodicidade Bimestral | Tiragem 6000 exemplares | Depósito Legal 304182/09 | ISSN 1647-5534 | Publicação Registrada no Instituto da Comunicação Social sob o n.º 125758 | A reprodução parcial ou integral de texto ou ilustrações da Revista de Medicina Desportiva *Informa* é proibida.