

Investigação em Ciências do Desporto no Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano da Universidade da Beira Interior

UNIVERSIDADE
BEIRA INTERIOR



Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano
Research Center in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development

O Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD) é uma unidade de investigação e desenvolvimento que resulta de um consórcio entre oito instituições de ensino superior de Portugal, distribuídas geograficamente por todo o país, incluindo regiões autónomas.



A missão do CIDESD centra-se no desenvolvimento de recursos humanos capazes de criar e monitorizar intervenções de nível avançado no âmbito das ciências do desporto, atividade física, exercício e saúde. O CIDESD foi fundado em 2007, tendo atualmente como Instituições de Gestão a Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro e a Universidade da Beira Interior.

Os objetivos do CIDESD estão articulados em três grandes áreas: investigação, transferência de conhecimentos e formação e educação.

- **Investigação:** Os projetos de investigação e atividades do CIDESD são articulados em três comunidades de investigação: a) STRONG: focado na descrição e predição do movimento humano e sua relação com o desempenho desportivo, através da análise de modelos fisiológicos e biomecânicos capazes de descrever e prever o comportamento humano e sua relação com o desempenho desportivo. Além disso, há uma ênfase na dinâmica computacional de fluídos aplicada às atividades aquáticas e populações especiais; b) CreativeLab: focado no desenvolvimento de indicadores de desempenho re-

lacionados com o comportamento coletivo humano e à criatividade nos desportos, ajudando a explicar os mecanismos que regulam o processo de tomada de decisão e contribuindo para a compreensão da complexidade da mente humana; c) GERON: este programa é focado na relação entre atividade física, exercício e saúde ao longo da vida, com ênfase particular no envelhecimento e nas doenças crónicas.

- **Transferência de Conhecimentos:** Prestar serviços à comunidade e desenvolver intervenções efetivas, especificamente nos domínios do desempenho desportivo e na promoção da saúde no âmbito dos programas de atividade física e exercício.

- **Formação e Educação:** Os membros do CIDESD estão envolvidos em diversas atividades educacionais, nomeadamente ao nível dos cursos de 1º ciclo/licenciatura, 2º ciclo/mestrado e 3º ciclo/doutoramento no âmbito das Ciências do Desporto. Além disso, os membros do CIDESD participam regularmente em diversas atividades educacionais sob diferentes níveis de intervenção.

UBI-CIDESD

Especificamente na Universidade da Beira Interior (UBI), os membros da UBI-CIDESD estão envolvidos principalmen-

te no âmbito dos projetos de investigação da comunidade STRONG.

Este grupo de investigação tem como objetivo desenvolver e adequar modelos de desempenho desportivo com base em fatores fisiológicos, biomecânicos, de controlo motor e no âmbito da força e condição física, capazes de prever o comportamento humano e o desempenho desportivo. Além disso, há uma ênfase na dinâmica computacional de fluídos (CFD) aplicada aos desportos aquáticos e no contexto do desporto adaptado. O STRONG visa entender os padrões bifásicos de dose-resposta do exercício para encontrar estratégias para melhorar o desempenho desportivo (por exemplo, projetos no âmbito do aquecimento desportivo, estratégias de potenciação pós-ativação, técnicas de recuperação). O foco no desempenho humano vai além do treino desportivo, estando as nossas equipas de investigação aplicando também os seus conhecimentos na promoção de práticas baseadas em evidências no âmbito do exercício e da saúde. De facto, além do campo do desempenho desportivo, tem havido um interesse crescente em descrever os níveis de aptidão física de diferentes sujeitos e suas relações com benefícios de saúde e bem-estar. Pode-se apontar os projetos relacionadas com a força e condição física, visando o desenvolvimento de indicações para a prescrição de exercícios que sejam

exequíveis e efetivos para diferentes populações. Os investigadores da comunidade STRONG também prestam uma especial atenção ao CFD. O nosso centro de investigação é uma unidade internacional de investigação e desenvolvimento líder na aplicação do CFD aos desportos aquáticos. Recentemente, o grupo de investigação STRONG começou a aplicar técnicas de CFD a atletas para-olímpicos. Este projeto tem como principais interlocutores equipas com atletas para-olímpicos, participantes em grandes competições internacionais. Desde 2007, a comunidade STRONG proporcionou atividades significativas de Investigação & Desenvolvimento, e os resultados dos projetos de investigação foram traduzidos para a prática diária dos nossos stakeholders permitindo o desenvolvimento e inovação em diferentes áreas de intervenção, nomeadamente ao nível dos equipamentos desportivos.

Daniel Almeida Marinho, Coordenador do Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano da Universidade da Beira Interior; Diretor do curso de 3º ciclo/doutoramento em Ciências do Desporto da Universidade da Beira Interior
Universidade da Beira Interior / CIDESD.
Rua Marquês de Ávila e Bolama.
6201-001 Covilhã, Portugal
Telefone: 00351 275329153
Email: dmarinho@ubi.pt
Website: www.ubi.pt;
www.ubi.pt/Entidade/CIDESD



O Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano é apoiado por Fundos Nacionais através da FCT - Fundação para a Ciência e Tecnologia (UID/DTP/04045/2013; UID/DTP/04045/2019) - e o Fundo Europeu para o Desenvolvimento Regional (FEDER) atribuído pela União Europeia através do Programa COMPETE 2020 (POCI-01-0145-FEDER-006969).