

PROJECTO PICO:

PROGRAMA DE INTERVENÇÃO CONTRA A OSTEOARTROSE



O projecto de doutoramento intitulado: **“Efeitos de um programa intervenção na dor e capacidade funcional de indivíduos com excesso de peso ou obesos com osteoartrose do joelho”** está a recrutar voluntários para participar neste estudo que decorrerá entre os meses de Janeiro e Junho de 2011 na Faculdade de Motricidade Humana.

Se costuma sentir dor nos joelhos e cumpre os critérios abaixo citados, poderá candidatar-se a participar:

- Ambos os sexos
- Sedentário (não estar a frequentar nenhum programa formal de exercício)
- Autonomia funcional (Ser independente)
- >40 anos de idade
- Índice de Massa corporal ≥ 28 <40,5 Kg/m²

* Todos os candidatos serão submetidos à exame de raio-x do joelho para confirmação de diagnóstico de OA, grau II e III

A todos os voluntários que cumprirem os critérios de inclusão e que se submeterem aos testes de avaliação física propostos, será oferecida a oportunidade de participar gratuitamente num programa de exercício aquático ou programa de educação comportamental (estilo de vida que inclui hábitos alimentares e princípios de protecção articular) durante 3 meses. **Para informações detalhadas entre em contacto com a nossa equipa!**

Contactos e informações

FMH: Flávia Yázigí (Investigadora principal)

E-mail: pico@fmh.utl.pt TM: 966 793 413