



Congresso de Medicina Desportiva do Hospital da Luz | 1ª Edição

20 e 21 de novembro 2026

Auditório Hospital da Luz Lisboa

Programa

Dia 20

08h30 Abertura do secretariado

09h00 **Lesões de stress ósseo – O diagnóstico**

Moderadores: **Rodrigo Moreira** (Ortopedia, Hospital da Luz Lisboa) | **Francisco Prata Tavares** (MFR, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Lisboa)

O continuum das BSLs – Fisiopatologia e diagnóstico clínico

Nuno Loureiro (MDE e MFR, Sporting Clube de Portugal)

Papel da imagem no diagnóstico e prognóstico

António Caetano (Imagiologia, Hospital da Luz Lisboa)

09h45 **Clinical conundrums – My take on overuse injuries**

Moderador: **José Pedro Marques** (Medicina Desportiva e do Exercício, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Lisboa)

Palestrante: **James Noake** (Medicina Desportiva e do Exercício, Pure Sports Medicine, London)

10h30 Coffee break

11h00 **Sessão de abertura**

Rui Maio (Diretor Clínico, Hospital da Luz Lisboa) | Valério Rosa (Presidente da Sociedade Portuguesa de Medicina Desportiva) | José Pedro Marques (Medicina Desportiva e do Exercício, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Lisboa)

11h20 **Lesões de stress ósseo – Da paragem desportiva ao return-to-play**

Moderadores: **João Pinto Coelho** (MFR, Hospital da Luz Lisboa) | **Rita Tomás** (MFR e MDE, Direção de Saúde e Performance, Federação Portuguesa de Futebol)

Reabilitação inicial e retorno à corrida

João Noura (Fisioterapia, Clínica Lage & Neto)

Que papel para a avaliação biomecânica da corrida?

Patrícia Pimenta (Fisiologista do Exercício, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Lisboa)

Casos clínicos: lições a retirar no âmbito da prevenção secundária?

Diogo Dias (Medicina Desportiva e do Exercício, ASPETAR Orthopaedic and Sports Medicine Hospital (Football National Teams Unit))

12h30 **Sessão posters**

Moderadores: **Isabel Crespo** (MFR e MDE, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Lisboa) | **Hugo Vieira Pereira** (Fisiologista do Exercício, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Lisboa)

13h00 Almoço livre

14h30 **O que se faz para prevenir lesões de sobrecarga na nossa equipa?**

Moderadores: **António Cruz Ferreira** (Medicina Desportiva e do Exercício, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Coimbra) | **Hugo Vieira Pereira** (Fisiologista do Exercício, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Lisboa)

Palestrantes: **Hugo Oliveira** (Fisiologia do Exercício, Sport Lisboa e Benfica) | **Filipe Quintas** (Medicina Física e Reabilitação, Comité Olímpico de Portugal) | **Francisco Tavares** (Fisiologista do Exercício, Sporting Clube de Portugal)

15h30 **Dor femoropatelar – Ou a lesão com maior incidência na corrida e ciclismo**

Moderadores: **Carlos Queiroz** (Ortopedia, Hospital da Luz Coimbra) | **Luís Moreno** (Medicina Desportiva e do Exercício, Sport Lisboa e Benfica)

Anatomia e biomecânica na definição dos algoritmos de decisão terapêuticos

Rogério Pereira (Fisioterapia, Clínica Espregueira)

Raciocínio clínico na dor femoropatelar – Casos exemplares

Ricardo Miranda (Medicina Desportiva e do Exercício, Sport Lisboa e Benfica)

16h15 Coffee break

16h30 **Do sofá para uma maratona: como prevenir uma lesão de sobreuso no caminho**

Moderador: **Isabel Crespo** (MFR e MDE, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Lisboa)

Palestrantes: **Jéssica Augusto** (Ex-maratonista Olímpica) | **Mónica Sousa** (Nutricionista; Coordenadora Modalidades SCP) | **Manuel Nicolau** (Treinador de Atletas Alto Rendimento de Atletismo e Triatlo) | **Daniel Pinha Cardoso** (Medicina Física e Reabilitação, Federação Portuguesa de Atletismo)

17h30 Fim do 1º dia



Congresso de Medicina Desportiva do Hospital da Luz | 1ª Edição

20 e 21 de novembro 2026

Auditório Hospital da Luz Lisboa

Dia 21

09h00 **Lesões de sobrecarga no atleta jovem**

Moderadores: **Diogo Simões** (Medicina Desportiva e do Exercício, Hospital da Luz Lisboa) | **Marta Cabral** (Reumatologia Pediátrica, Hospital da Luz Lisboa)

Aposfites – Quando o osso ainda é o elo mais fraco

Teresa Granate Marques (Ortopedia Infantil, Hospital da Luz Lisboa)

Crescimento rápido e sinais de alarme – “Quando a dor não é normal”

João Cabral (Ortopedia, Serviço de Ortopedia Pediátrica do Hospital Pediátrico de Coimbra, ULS Coimbra)

Especialização precoce – Talento ou receita para lesão e burnout?

Paulo Pinheiro (Medicina Desportiva e do Exercício, Sporting Clube de Portugal)

10h00 **Tendinopatias: o que mudou na forma como as abordos nos últimos 40 anos**

Moderador: **José Gomes Pereira** (Medicina Desportiva e do Exercício, Comité Olímpico de Portugal)

Palestrante: **Nuno Loureiro** (MDE e MFR, Sporting Clube de Portugal)

10h45 Coffee break

11h15 **A poção mágica das tendinopatias: carga otimizada e adjuvantes**

Moderadores: **Diogo Simões** (Medicina Desportiva e do Exercício, Hospital da Luz Lisboa) | **Paulo Beckert** (MFR e MDE, Federação Portuguesa de Futebol)

Carga como medicamento – Da isometria ao heavy slow resistance

João Cabrita Martins (Fisioterapia, Federação Portuguesa de Futebol)

Ondas de choque, ortobiológicos e cirurgia – O que faz sentido?

José Luís Silva de Carvalho (Medicina Física e Reabilitação, Direção de Saúde e Performance, Federação Portuguesa de Futebol)

12h00 **Clinical conundrums – My take on overuse injuries (Parte 2)**

Moderador: **José Pedro Marques** (Medicina Desportiva e do Exercício, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Lisboa)

Palestrante: **James Noake** (Medicina Desportiva e do Exercício, Pure Sports Medicine, London)

12h45 Encerramento

Comissão científica: **António Cruz Ferreira** (Medicina Desportiva e do Exercício, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Coimbra) | **Hélder Soares** (Cardiologia Desportiva, Hospital da Luz Lisboa) | **Hugo Vieira Pereira** (Fisiologista do Exercício, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Lisboa) | **Isabel Crespo** (MFR e MDE, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Lisboa) | **Vasco Mascarenhas** (Imagiologia MSK, Hospital da Luz Lisboa)

Comissão organizadora: **António Cruz Ferreira** (Medicina Desportiva e do Exercício, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Coimbra) | **Diogo Simões** (Medicina Desportiva e do Exercício, Hospital da Luz Lisboa) | **Eduardo Filipe** (Medicina Desportiva e do Exercício, Hospital da Luz Arrábida) | **Hugo Vieira Pereira** (Fisiologista do Exercício, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Lisboa) | **Isabel Crespo** (MFR e MDE, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Lisboa) | **José Pedro Marques** (Medicina Desportiva e do Exercício, Centro de Medicina Desportiva, Hospital da Luz Lisboa) | **Rodrigo Moreira** (Ortopedia, Hospital da Luz Lisboa)

Patrocínio científico:



APFISIO
ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DE FISIOTERAPEUTAS



Saiba mais aqui: <https://learninghealth.up.events/e/congresso-de-medicina-desportiva-do-hospital-da-luz-1a-edicao>



Congresso de Medicina Desportiva do Hospital da Luz | 1ª Edição

20 e 21 de novembro 2026

Auditório Hospital da Luz Lisboa

Regras para submissão de resumos para posters

- A submissão dos resumos deverá ser feita por via eletrónica, em formato PDF, para os seguintes emails: learninghealth@up.events e ana.csantos@luzsaude.pt
- O assunto do email deverá ser: "Congresso de Medicina Desportiva do Hospital da Luz | 1.ª Edição - Submissão de resumo"
- O nome do ficheiro PDF deverá corresponder ao apelido do primeiro autor, seguido do título do trabalho.
- Submissão dos resumos até **30/10/2026**
- Comunicação da decisão até **7/11/2026**
- Envio dos e-posters finais até **16/11/2026**
- O autor-apresentador, ou pelo menos um dos coautores do trabalho, deverá estar inscrito no Congresso de Medicina Desportiva do Hospital da Luz | 1.ª Edição. Este será considerado o correspondente oficial do trabalho e receberá por email a decisão da Comissão Científica.
- O título deverá ser escrito em maiúsculas, com no máximo 100 caracteres, incluindo espaços.
- Devem ser indicados os autores, respetivas filiações institucionais, o endereço eletrónico e o contacto telefónico do autor apresentador.
- O corpo do resumo deverá ter no máximo 350 palavras.
- O resumo deverá ser redigido em fonte Arial, tamanho 11, espaçamento simples e margens normais.

Para casos clínicos, sugere-se a seguinte estrutura:

- Introdução; Descrição do caso; Discussão/Conclusões.

Para estudos originais, revisões, projetos de implementação ou trabalhos de melhoria da qualidade, sugere-se a seguinte estrutura:

- Introdução; Objetivos; Métodos; Resultados; Conclusões.

CrITÉRIOS de elegibilidade dos trabalhos

- a) Poderão ser submetidos trabalhos no âmbito da Medicina Desportiva, Medicina do Exercício, Fisiologia do Exercício, Reabilitação, Prevenção, Performance, Saúde Cardiometabólica, Atividade Física, Exercício em contexto clínico, inovação assistencial, investigação aplicada, qualidade em saúde ou outras áreas relevantes para o Congresso.
- b) Serão elegíveis trabalhos originais, casos clínicos, revisões, projetos de implementação, experiências assistenciais estruturadas e trabalhos de melhoria da qualidade, desde que alinhados com os objetivos científicos do Congresso.

A Comissão Científica reserva-se o direito de aceitar, recusar ou solicitar reformulações aos trabalhos submetidos.

Circuito de avaliação

Após a submissão, os trabalhos serão disponibilizados numa pasta partilhada, criada pela Learning Health, para consulta e avaliação pela Comissão Científica.

A avaliação deverá considerar a relevância científica e clínica do tema, clareza dos objetivos, adequação metodológica, qualidade dos resultados ou da reflexão apresentada, aplicabilidade ao contexto da Medicina Desportiva e do Exercício, e qualidade global da apresentação do resumo.

A decisão da Comissão Científica será comunicada por email ao autor correspondente.

Normas para apresentação dos posters

Os posters deverão ser preparados em formato digital, como e-poster, e enviados em PDF até data a definir.

A orientação horizontal é obrigatória.

Formato recomendado: 16:9.

Largura: 25,4 cm / 1920 pixels.

Altura: 14,29 cm / 1080 pixels.

Sugere-se a utilização de fonte Calibri ou equivalente, evitando tamanhos de letra inferiores a 8.

O nome do ficheiro PDF deverá corresponder ao título do trabalho.

Regras para apresentação dos trabalhos

Os trabalhos aceites serão apresentados em formato e-poster durante o Congresso.

Sugere-se uma apresentação oral breve, com 4 minutos de apresentação e 3 minutos de discussão, caso o programa científico inclua sessão formal de apresentação de posters.

A organização poderá ajustar o formato final de apresentação em função do número de trabalhos aceites e da estrutura do programa.

Prémios

Poderá ser considerada a atribuição de prémios aos melhores trabalhos, de acordo com critérios a definir pela Comissão Organizadora/Científica.