



Sessões de atualização em Medicina do Desportista

14 de março 2026

Mercure Porto Gaia Hotel

Programa preliminar

08h00 Abertura do secretariado

Lesões do tornozelo

Moderadores: João Teixeira | Helena Fernandes | Eduardo Filipe

08h30 **Instabilidade do tornozelo**

João Teixeira (Ortopedista, Hospital da Luz Arrábida)

09h00 **Rutura do aquiles**

Marta Gomes (Ortopedista, Hospital da Luz Arrábida)

09h30 **Fratura maleolar**

Pedro Atilano (Ortopedista, Hospital da Luz Arrábida)

10h00 Coffee break

Lesões do joelho

Moderadores: Alcindo Silva | João Alves | Cristiana Vieira

10h30 **Lesões do ligamento cruzado anterior**

Paulo Carvalho (Ortopedista, Hospital da Luz Arrábida)

11h00 **Lesões menisco-capsulares**

Tiago Barbosa (Ortopedista, Hospital da Luz Arrábida)

11h30 **Instabilidade rotuliana**

Nuno Tavares (Ortopedista, Hospital da Luz Arrábida)

12h00 Almoço

Otimização da performance

Moderadores: Nuno Cortesão | Marco Oliveira | Eduardo Filipe

14h00 **As necessidades do treinador**

José Martins (Treinador, Run4Excellence)

14h30 **Avaliação cardíaca do desportista**

Marco Oliveira (Cardiologista, Hospital da Luz Arrábida)

15h00 **Da reabilitação à otimização**

Rosana Teixeira (Psicóloga, Hospital da Luz)

15h15 Coffee break

Lesões da anca

Moderadores: Cruz de Melo | Helena Fernandes

15h30 **Conflito femoracetabular**

Carlos Branco (Ortopedista, Hospital da Luz Arrábida)

16h00 **Lesões isquiotibiais**

Fernando Leal (Ortopedista, Hospital da Luz Arrábida)

16h30 **Pubalgia**

Helena Fernandes (Fisiatra, Hospital da Luz Arrábida)

17h00 Encerramento

17h30 - 18h30

Workshop de ecografia clínica na lesão muscular

2 formadores | 10 vagas

Comissão organizadora:

Eduardo Filipe (Medicina Desportiva, Hospital da Luz Arrábida) | **João Teixeira** (Ortopedia, Hospital da Luz Arrábida) | **Rui Barros** (Medicina Interna, Hospital da Luz Arrábida)

Saiba mais aqui: <https://learninghealth.up.events/e/sesoes-de-medicina-do-desportista-hla>