Nos dias 26 e 27 de novembro decorreram as III Jornadas de Medicina Desportiva e do Exercício (JMDE) em formato *webinar* e organizadas pela Associação de Internos de Medicina Desportiva (AIMD).

Com estas Jornadas, cuja 1ª edição remonta a 2017, a AIMD procura trazer à comunidade da Medicina Desportiva e das áreas paramédicas associadas temas abrangentes e atuais relacionados com a saúde dos atletas, a otimização do rendimento desportivo e as possíveis aplicações da Medicina Desportiva na comunidade.

A edição deste ano contou com mais de 150 inscritos, entre os quais se incluíram médicos especialistas e internos de formação específica, estudantes de Medicina, estudantes de Ciências do Desporto, fisiologistas do exercício e docentes universitários, entre outros.

A Sessão de Abertura, introduzida pela Dr.ª Beatriz Cardoso Marinho (interna de Medicina Desportiva do Centro de Medicina Desportiva do Porto, Presidente da Direção da AIMD), contou com a presença da Prof. Dr.ª Maria João Cascais, presidente do Colégio da Especialidade de Medicina Desportiva, e do Dr. Raúl Pacheco, Diretor do Departamento de Medicina Desportiva do Instituto Português do Desporto e Juventude.

Os trabalhos prosseguiram com uma sessão dedicada ao *Tornozelo Difícil*, moderada pelo Dr. José Pedro Marques (especialista em Medicina Desportiva, Hospital da Luz – Lisboa / Federação Portuguesa de Futebol), com as intervenções do Dr. Marco Botelho (interno de Medicina

Desportiva do Hospital Fernando Fonseca / FPF) e da Dr.ª Patrícia Gomes (Especialista em Ortopedia, HFF/ Hospital CUF Descobertas).

Em seguida, o Dr. João Paulo Delgado (interno de Medicina Desportiva, Centro de Medicina Desportiva de Lisboa) moderou uma mesa sobre *Comportamentos Aditivos no Desporto*. A mesa contou com a participação da Dr.ª Melissa Alfafar (interna de Psiquiatria do Centro Hospitalar Médio Tejo) que trouxe à atenção dos presentes as questões ligadas à dependência do exercício, seguida pela intervenção de Pedro Morgado (Psicólogo com especialização em Desporto, em substituição de Tatiana Ferreira, ambos afiliados ao *Human Performance Department* do Sport Lisboa e Benfica), que partilhou um pouco da sua experiência profissional com comportamentos aditivos em atletas de alto rendimento e deixou alguns conselhos para a atuação dos profissionais de saúde.

O primeiro dia das III JMDE foi encerrado com uma sessão focada nos *Novos Tratamentos no Ombro de Atletas*, moderada pelo Dr. Ricardo Miranda (interno de Medicina Desportiva, HFF), com a participação da Dr.ª Madalena Pimenta e do Prof. Doutor João Torres.

As sessões do segundo dia foram abertas pelo Dr. Alberto Prata (Especialista em Medicina Desportiva), que moderou uma mesa dedicada à temática *e-Sports – Desafios Médico-Desportivos*, contando com a participação da Dr.ª Ana Pereira e do Eng. Rui Costa. Salientou-se a crescente importância e profissionalização dos *e-Sports* dentro do universo desportivo e a forma como os praticantes de *eSports* a nível competitivo se têm afastado do estereótipo do indivíduo sedentário e pouco motivado para comportamentos saudáveis, revelando-se uma tendência para níveis mais elevados de atividade física à medida que elevam o seu nível competitivo.

Em seguida, na sessão sobre *Prescrição de Exercício na Doença Cardíaca*, moderada pela Dr.ª Beatriz Cardoso Marinho, houve oportunidade para rever e debater questões ligadas ao aconselhamento para a atividade

física em crianças e jovens com cardiopatias congénitas e à prescrição de exercício no contexto de um programa de reabilitação cardíaca, com a participação da Dr.ª Ana Carriço e do Prof. Alberto Alves.

No encerramento das III JMDE houve lugar para um debate sobre *Monitorização do Treino: Novos Conceitos e Wearables*, moderado pelo Dr. Diogo Dias (Especialista em Medicina Desportiva) e com a participação do Prof. Mário Simões e do Prof. Tiago Aragão. Durante a discussão, ficou clara a importância de selecionar os indicadores mais adequados ao contexto da atividade específica de cada atleta, procurar uma monitorização consistente ao longo do processo de treino e aproximar o treino da realidade que o atleta enfrenta na competição.

Em resumo, apesar dos desafios levantados pela distância e pelas dificuldades técnicas, as III JMDE foram bem acolhidas pelos inscritos e concretizaram-se com o rigor e o dinamismo necessários. A Comissão Organizadora gostaria de agradecer ao IPDJ, ao Centro de Alto Rendimento do Jamor e à Sociedade Portuguesa de Medicina Desportiva pelo seu patrocínio científico, à Unilabs, Bene Farmacêutica, Laboratórios Azevedos e GrowUp eSports pelos apoios concedidos e a todos os oradores e aos inscritos.

Associação de Internos de Medicina Desportiva

Corpos gerentes

Mesa da Assembleia Geral

Presidente: Marco Botelho

Vice-Presidente: Paulo Pinheiro

Secretário: Diogo Miranda Santos

Direção

Presidente: Beatriz Cardoso Marinho

Vice-Presidente: José Pedro Marques

Tesoureiro: João Paulo Delgado

Conselho Fiscal

Presidente: Luís Moreno

Vice-Presidente: Diogo Tavares Dias

Relatores: Alberto de Sousa Prata e Diana Ferreira