

**9º Congresso Nacional de Ginástica**  
**7º Congresso Internacional**  
**Ginástica na Sociedade Global**

Vila Real, 11 – 13 outubro 2024

**Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro**

# **Livro de Resumos**

Maria-Raquel G. Silva

Cidália Freitas

Francisco Saavedra

(Editores)

Federação de Ginástica de Portugal

Título	9º Congresso Nacional de Ginástica - 7º Congresso Internacional: Ginástica na Sociedade Global
Autores/Editores	Maria-Raquel G. Silva, Cidália Freitas e Francisco Saavedra
Tipo de suporte	Eletrónico
Detalhe do suporte	PDF
Edição	1ª Edição
Ano	2024
ISBN (eletrónico)	978-989-8650-64-1

A informação contida nos resumos/abstracts é da responsabilidade dos seus autores.

Todos os autores forneceram consentimento informado.

Os resumos publicados referentes a comunicações orais sofreram um processo de *revisão* pelos membros da Comissão Científica da Federação de Ginástica de Portugal.

## Posfácio

A *Ginástica na Sociedade Global* visa atingir objetivos maiores do que o treino e a competição.

A Ginástica é ela própria, o caminho de muitas vidas jovens, adultas, maduras e/ou experientes, que se entranha na vida dos seus praticantes, familiares, treinadores, professores, juízes e apoiantes.

A Ginástica gera, em quem a aprecia, uma forma diferente de estar na sociedade, ao mesmo tempo que estimula sensações comuns de crescimento, desenvolvimento e superação, independentemente da idade, sexo, país, cultura ou religião de quem a respeita.

A Ginástica, nas suas diversas disciplinas, é unificadora e capaz de embelezar qualquer palco geopolítico.

A vontade, a preocupação e o respeito pelo(s) outro(s) efetivam-se na realização deste congresso, através da reflexão e discussão de temáticas relevantes sobre o epicentro da Ginástica - os seus atletas, bem como, os outros membros que a completam.

O que importa é gostar!

**Maria-Raquel G. Silva**

Presidente da Comissão Científica FGP | ENGym

FCS-UIP - Faculdade de Ciências da Saúde - Universidade Fernando Pessoa, Porto

IPO – Porto, Centro de Investigação do Instituto Português de Oncologia do Porto, Porto

CHRC - Centro de Investigação Integrada em Saúde da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa, Lisboa

CIAS - Centro de Investigação de Antropologia e Saúde da Universidade de Coimbra, Coimbra

RISE - Health: Rede de Investigação em Saúde da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, Porto

CENC – Centro de Medicina do Sono, Lisboa