

CANDIDATURA A PRESIDENTE DA
**FACULDADE DE
MOTRICIDADE
HUMANA**

[2018-2022]

UNIVERSIDADE DE LISBOA

f **MH** FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA

U LISBOA | UNIVERSIDADE DE LISBOA



- > CARTA DE MOTIVAÇÃO
- > PROGRAMA DE AÇÃO
- > RESUMO BIOGRÁFICO

LUÍS BETTENCOURT SARDINHA



**UM PERCURSO DE EXCELÊNCIA
PARA UM FUTURO DE QUALIDADE**

ÍNDICE

1. CARTA DE MOTIVAÇÃO	4
2. PROGRAMA DE AÇÃO	7
_ Missão	7
_ Ação	7
_ Valores	7
_ Orientações Estratégicas Prioritárias	8
_ Compromisso 1 - Finalização da Revisão Curricular e Oferta Formativa	8
_ Compromisso 2 - Gestão Estratégica de Recrutamento de Docentes	9
_ Compromisso 3 - Programa Estratégico de Infraestruturas	10
_ Compromisso 4 - Mentalidade Colaborativa e Empreendedora	11
_ Compromisso 5 - Garantia de Qualidade	12
_ Ensino	13
_ Investigação e Transferência de Conhecimento	15
_ Gestão	16
_ Projeção Externa	18
_ Infraestruturas	20
3. RESUMO BIOGRÁFICO	21



1. CARTA DE MOTIVAÇÃO À CANDIDATURA A PRESIDENTE DA FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA, UNIVERSIDADE DE LISBOA

A candidatura à presidência da Faculdade de Motricidade Humana (FMH) para o período 2018-2022 representa uma vontade pessoal de contribuir para uma reforma organizacional de natureza estratégica que adequue a sua vocação histórica aos desafios emergentes. Trata-se de uma escolha decorrente do entendimento de que tenho uma visão própria para influenciar um percurso de desenvolvimento institucional em que prevaleça uma harmonia funcional ao serviço de uma missão com impacto qualificado nas pessoas e nos respetivos setores profissionais. Esta dimensão prospetiva é alicerçada numa vasta experiência de natureza profissional e académica, consubstanciada em diversos indicadores de natureza curricular.

Desde que terminei a minha licenciatura em 1980, no então Instituto Superior de Educação Física, mantive sempre uma proximidade institucional que me permitiu participar de forma próxima nas alterações doutrinárias e nas pequenas e grandes mudanças de percurso, resultando naquela que é a atual organização da FMH. Esta proximidade envolveu uma robusta participação institucional no exercício das funções de presidente do Conselho Científico, de presidente do Departamento de Desporto e Saúde, de coordenador do Mestrado em Exercício e Saúde, de coordenador da Licenciatura em Ciências do Desporto, de coordenador do Centro Interdisciplinar para o Estudo da Performance Humana, de coordenador do Laboratório de Exercício e Saúde e de coordenador da área disciplinar Biologia da Atividade Física.

A par deste continuado compromisso orgânico, decorreu também um ativo processo de internacionalização in-

cluindo formação pessoal nos âmbitos do mestrado e do pós-doutoramento, assim como a participação em vários projetos multicêntricos, nomeadamente o *European Youth Heart Study*, e em algumas tomadas de decisão da Comissão Europeia, incluindo a coordenação das Orientações Europeias para a Atividade Física. Finalmente, destaco a minha experiência profissional no treino desportivo de alto rendimento e no exercício da função do mais alto cargo da administração desportiva em Portugal, na qual pude reforçar a minha perceção e competência sobre os mecanismos de planeamento e regulação executiva de processos de gestão e de administração. De uma forma conjugada, a experiência acumulada nestes diversos contextos permite-me hoje ter uma conceção global do ecossistema em que a FMH se integra, com impacto nas necessidades de organização interna que respondam a uma melhor educação e investigação, conducentes a profissionais mais influentes nos respetivos subsistemas, sem descuidar também o necessário e omnipresente exercício de influência nas políticas públicas destes mesmos subsistemas.

Considero que a FMH necessita revigorar o seu capital humano através de uma maior colaboração orgânica e pessoal. Este é um requisito insubstituível para se otimizar o desempenho das instituições, para o que são necessários processos de liderança participativos envolvendo uma experiência de independência nas tomadas de decisão, abrangência do conhecimento, reconhecimento académico e profissional, detalhado conhecimento da FMH e compromisso com valores para com a comunidade de docentes, alunos e funcionários. Esta componente interna

tem de ser harmoniosa, meritória, sustentável e operante para dar suporte à componente de afirmação externa, à qual atribuímos a maior importância. Considero ainda que é necessário enfrentar e reconfigurar a mentalidade ego-cêntrica que tende a proliferar nas organizações atuais. Esta é uma ameaça emergente que tende a reduzir o aperfeiçoamento das organizações e a limitar o verdadeiro desenvolvimento pessoal, resultando numa ineficaz afirmação externa e num ineficaz reconhecimento social.

Estarei empenhado em enfrentar esta tendência que se observa na FMH para se otimizar o seu capital humano e social. Sem prejuízo de uma agenda pessoal de natureza técnica ou científica, que certamente deve ser respeitada, todos os recursos serão chamados e responsabilizados a participarem na estratégia e no plano comum da faculdade. Com recurso a processos que requerem uma maior iniciativa, é também necessário que os estudantes participem nesta conceção sinérgica.

Pesem embora todos os esforços e iniciativas desenvolvidas nos últimos tempos, as condições infraestruturais da FMH são decadentes. É necessário reverter este progressivo processo de degradação das condições de funcionamento dos serviços, do ensino, da investigação e das atividades de extensão comunitária. Este é mais um problema estrutural da FMH, o qual também impele esta minha candidatura. Fruto da minha reflexão e experiência internacional, tenho ideias que podem configurar qualquer plano estratégico de requalificação das atuais instalações ou de integração no Estádio Universitário de Lisboa. Sou apologista desta segunda opção, com uma conceção que vai para além da

mera deslocalização das atividades. Isto é, importa nos tempos mais próximos concretizar uma visão estrutural e funcional para os próximos 50 anos, à qual deve corresponder um programa estratégico que nos comprometemos a concretizar. O futuro da FMH nos planos nacional e internacional depende parcialmente do êxito das tomadas de decisão neste âmbito. Para que tal aconteça, é necessária convicção acerca da iniciativa, habilidade processual interna e externa à FMH e esclarecimento estratégico em relação à contribuição deste plano para a modernização do funcionamento administrativo, do ensino, da investigação, das atividades de extensão e dos serviços prestados.

Finalmente, a reforma e a consolidação da oferta formativa são também um assunto que requer prioridade. O atual desenvolvimento da revisão curricular precisa da finalização de tarefas que foram iniciadas e necessita ainda do aprofundamento e reflexão crítica das necessidades de alteração, determinadas, em primeiro lugar, pela impossibilidade de as estruturas curriculares existentes responderem às atuais exigências dos perfis profissionais, à articulação dos saberes e competências e ao desenvolvimento do conhecimento e da faculdade. Este desenvolvimento da faculdade tem de ser sustentável, apoiado numa contínua recolha de informação e monitorização, com a função primordial de ajuizar acerca das melhores opções que permitam a melhor economia de escala organizacional. Para o efeito, reitero o entendimento de que existe um processo a decorrer de acordo com orientações explícitas, para cuja concretização adotarei uma condução revigorada que coloque em primeiro lugar os interesses coletivos da faculdade.

EM CONCLUSÃO, OS MOTIVOS DA MINHA CANDIDATURA À PRESIDÊNCIA DA FMH PARA O QUADRIÊNIO 2018-2022, TÊM OS SEGUINTE FUNDAMENTOS:

- i.** Existe **EXPERIÊNCIA** de natureza nacional e internacional nos âmbitos académico e profissional, cujas melhores práticas podem ser incorporadas no plano estratégico da FMH;
- ii.** Existe **CONHECIMENTO** detalhado do percurso de desenvolvimento da FMH e dos bons e dos maus resultados decorrentes de decisões passadas;
- iii.** Existe **COMPREENSÃO** acerca do ecossistema em que a FMH se integra facilitando o necessário exercício de influência nas políticas públicas;
- iv.** Existe **INDEPENDÊNCIA** para tomadas de decisão em face da minha posição na carreira docente;
- v.** Existe **VISÃO** acerca das melhores estratégias e soluções para o futuro com a finalidade de se enfrentar os principais problemas organizacionais e infraestruturais;
- vi.** Existe **COMPROMISSO** para se cumprir a missão da FMH baseada na meritocracia visando a modernização de processos e a reforma de mentalidades que possam contribuir mais para a estratégia comum;
- vii.** Existe **AMBIÇÃO** para que neste quadriénio se lancem os elementos fundacionais de uma FMH mais influente, moderna e operacional nos próximos 50 anos;
- viii.** Existe **DETERMINAÇÃO** para dirigir todos os processos com diálogo esclarecido e com orientação estratégica, tendo sempre como referência o interesse institucional.

Luís Bettencourt Sardinha

Lisboa, 25 de junho de 2018



2. PROGRAMA DE AÇÃO

A nossa **MISSÃO** é ensinar, educar e investigar com excelência e relevância social, preparando os alunos para serem profissionais liderantes e inovadores, beneficiando e influenciando as pessoas com boas práticas decorrentes do empreendedorismo, do ensino e da investigação.

A nossa **VISÃO** é sustentar e aperfeiçoar a excelência do ensino e da investigação com reputação nacional e internacional, nutrindo competências e conhecimentos relevantes na formação de estudantes conhecedores, competentes, resilientes e influentes na sociedade.

Os nossos **VALORES** compreendem:

- Gerar qualidade e excelência
- Nutrir elevadas aspirações
- Estimular a liberdade de desafiar a informação e a sabedoria
- Sustentar os mais altos padrões de integridade profissional
- Trabalhar de forma responsável e com respeito pelos outros
- Promover a igualdade, a diversidade, a inclusividade e a acessibilidade
- Adotar as melhores práticas pessoais e ambientais

Neste sentido, devem ser preservadas as seguintes expressões de **VALOR**:

- **COMUNICAÇÃO E COLABORAÇÃO COM A COMUNIDADE E A SOCIEDADE** - Organizando eventos, oferecendo serviços e enfatizando a comunicação, pretende-se valorizar o intercâmbio científico, formativo, profissional e cultural entre profissionais, estudantes, docentes e investigadores, e destes com as estruturas da comunidade e da sociedade, a nível nacional e internacional.
- **EFICÁCIA ORGANIZACIONAL** - Valorizando a melhoria contínua nos processos de garantia de qualidade, promovendo a inovação, definindo processos

e procedimentos eficientes, estruturas transparentes e autorreguladas com articulação coerente interna e externa e com continuidade a longo prazo.

- **DIVERSIDADE** - Cientes das nossas diferenças, as quais respeitamos, celebramos e acolhemos como um bem valioso, ao mesmo tempo, consideramos essencial manter e aperfeiçoar o sentimento de unidade, de compromisso, de corresponsabilidade e de coesão no espírito da missão da FMH e na preservação e promoção da sua imagem, como escola de referência no seu âmbito de atuação.
- **INTEGRIDADE** - Estamos comprometidos com princípios de verdade, transparência, compromisso, cooperação, confiabilidade e profissionalismo.
- **ESPÍRITO DE PERTENÇA À FMH** - Destacamos, na identidade da FMH, a abertura para a troca de ideias, a liberdade de expressão, o espírito solidário, a iniciativa empreendedora e o pensamento proativo. Com entusiasmo e positividade, e conciliando os interesses e as motivações individuais com o indissociável interesse coletivo, pode-se otimizar a coesão organizacional. Que, no íntimo de cada um, se dê sentido a uma frase estudantil habitual, que é sinónimo de orgulho de pertença: "Eu pertenço à melhor faculdade do mundo na minha área de formação." Independentemente, do fundamento real deste sentimento, a sua convicção interna é uma garantia de sentido de participação e de pertença. Esse sentimento é uma garantia de eficácia num sistema ou instituição como a nossa.

∟ ORIENTAÇÕES ESTRATÉGICAS PRIORITÁRIAS

As orientações mais seletivas e influentes para o quadriénio 2018-2022 integram cinco prioridades entendidas como resolutivas da situação atual da FMH, das suas debilidades e das oportunidades facultadas pelo capital humano que possui para enfrentar os desafios do futuro e continuar a exercer a influente missão que tem em Portugal. Estas orientações têm a configuração de compromissos conteudísticos com linhas de tempo definidas.

COMPROMISSO 1

- FINALIZAÇÃO DA REVISÃO CURRICULAR E OFERTA FORMATIVA

A revisão curricular em curso, e respetiva oferta formativa, tem dois elementos estruturais que necessitam de ser harmonizados. Conceber, preparar e oferecer cursos que deem resposta à procura e necessidade do mercado, mas cuja organização permita a sustentabilidade financeira da FMH. Esta harmonização tem de estar presente em qualquer análise ou decisão, essencialmente no plano individual e da consciência coletiva. Existem também dois outros elementos a considerar. Um de natureza decisória, que se refere às decisões recentes do Conselho de Escola, e outro de natureza orientadora, o documento emanado pelo Conselho de Coordenação da FMH, apresentando a exposição de motivos para a necessidade da revisão curricular e determinando um conjunto de princípios sob a forma de orientações.

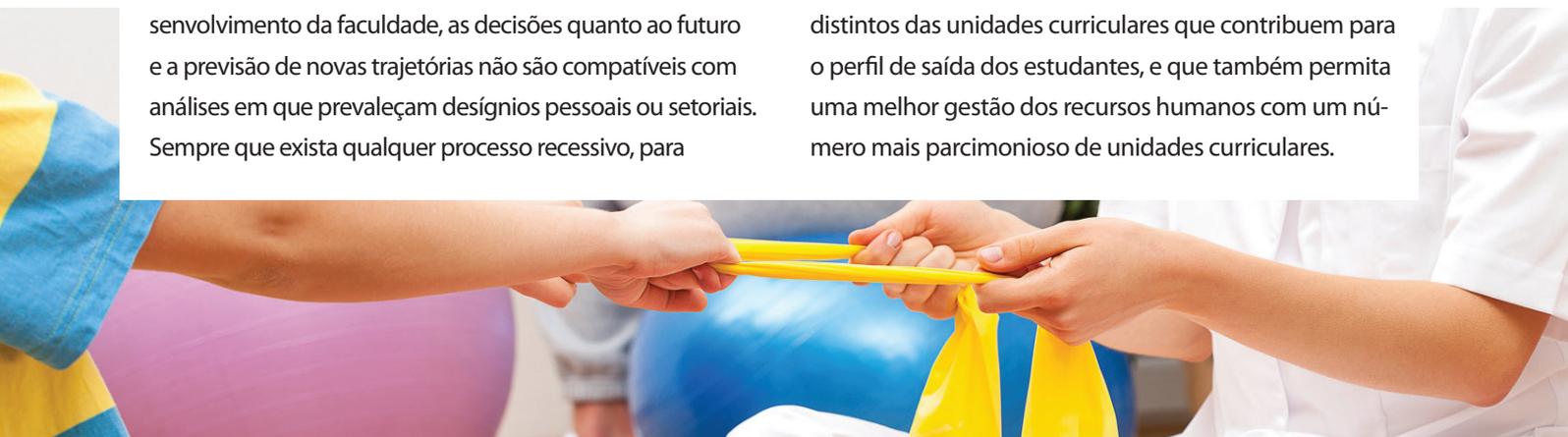
Sem prejuízo da análise e reflexão que ainda falta fazer, estes são os fatores estruturais, decisórios e orientadores que cumpre continuar a considerar para a finalização deste processo. Podem ser aperfeiçoados alguns aspetos processuais ou até alguns valores concetuais, mas o que é essencialmente necessário é percorrer o caminho que falta com este ordenamento e, obviamente, em estrito respeito pelo previsto no RJIES.

Sendo uma pedra angular da gestão sustentável e do desenvolvimento da faculdade, as decisões quanto ao futuro e a previsão de novas trajetórias não são compatíveis com análises em que prevaleçam desígnios pessoais ou setoriais. Sempre que exista qualquer processo recessivo, para

conforto das pessoas e para o bem da instituição, devem ser encontradas soluções integradoras de natureza progressiva na direção da melhoria dos indicadores de qualidade de avaliação pessoal e institucional.

Um compromisso desta natureza e os trâmites processuais que lhe subjazem, requerem uma definição temporal para a sua finalização. Para o efeito, será definida uma linha temporal estruturada com os respetivos conteúdos e tomadas de decisão em cada fase, para que no primeiro trimestre de 2019 a proposta do presidente seja remetida para apreciação e decisão do Conselho de Escola. Espera-se que no âmbito do processo de revisão curricular sejam implementadas as decisões do Conselho de Escola, os cursos sejam apreciados, que sejam colocadas em prática as medidas organizativas propostas anteriormente pelo Conselho Coordenador e que, em função das áreas fortes e fracas identificadas, bem como das ameaças e oportunidades externas, os cursos sejam confirmados, alterados ou extintos, com um relatório final, no qual se objective o resultado final e o seu fundamento e expectativa de resultado.

Em conclusão, é uma prioridade terminar com êxito a revisão curricular e a conseqüente oferta formativa. Uma revisão de natureza reformadora que otimize a qualidade de ensino com uma melhor explicitação dos conteúdos distintos das unidades curriculares que contribuem para o perfil de saída dos estudantes, e que também permita uma melhor gestão dos recursos humanos com um número mais parcimonioso de unidades curriculares.



COMPROMISSO 2

- GESTÃO ESTRATÉGICA DE RECRUTAMENTO DE DOCENTES

Este compromisso tem de ser concretizado para se obviar decisões de natureza circunstancial, frequentemente muito dependentes das situações conjunturais que nada têm que ver com soluções estruturais, as quais devem prevalecer para se garantir a qualidade de ensino, e a investigação em harmonia com a estrutura de oferta formativa e os recursos financeiros existentes. Significa isto que há necessidade de se articular a agenda do Conselho Científico com a dotação orçamental existente, num quadro de transparência e conhecimento dos fatores e parâmetros que informem os pareceres e as decisões em coordenação e corresponsabilidade. É necessária uma política de partilha do conhecimento apriorístico das oportunidades e das dificuldades, para que os pensamentos individuais e coletivos se articulem e atuem com fundamento. Por isso, deve ser cultivado um pensamento estratégico informado, o qual importa estimular especialmente no início de uma nova gestão, para o qual, de uma forma independente e sem qualquer ingerência, a presidência deve contribuir.

Neste momento, a FMH tem duas circunstâncias que determinam uma atenção especial a este assunto do recrutamento de docentes. Está em curso o processo de análise dos docentes que reclamaram da precariedade (PREVPAP - programa de regularização da precariedade no Estado) e de bolsiros que se podem integrar na FMH como investigadores ou docentes ao abrigo do DL nº 57/2016. Qualquer nova contratação poderá ser considerada só após a decisão no âmbito do PREVPAP, já que a dotação orçamental para estas contratações é da responsabilidade da FMH. O processo ao abrigo DL 57/2016 terá também implicações na política de contratações, tendo em consideração que o conhecimento e as competências das pessoas que vencerem os concursos poderão contribuir ou não para necessidades específicas de lecionação.

Numa faculdade em que é reclamada a interdisciplinaridade e a transdisciplinaridade, em que existem vários cursos de primeiro ciclo e de segundo ciclo, e em que os docentes

integram dois departamentos por razões de natureza organizacional e de estruturação científica no âmbito das quatro áreas disciplinares, é também necessário ter em consideração a flexibilização da gestão dos docentes em face das suas competências e conhecimentos. Este é um princípio genericamente aceite, mas nem sempre concretizado. É necessário também cultivá-lo para se otimizar a gestão dos recursos existentes e combater tendências orgânicas não colaborativas com meras justificações de natureza organizacional. A qualidade das orientações académicas, do ensino e, nomeadamente, da investigação necessita de que este princípio da flexibilidade esteja sempre presente na gestão universitária. Não deve haver limites à autoridade do conhecimento como tal.

A excelência no funcionamento de uma faculdade depende muito da qualidade dos docentes, à qual a tendente endogamia da universidade portuguesa nada ajuda. Num quadro nacional desta natureza, é necessária também uma atenção especial para se adotarem estratégias que possam atrair os melhores recursos.

Em conclusão, será assumido um compromisso em que haja conhecimento prévio dos parâmetros de gestão para balizar desde o início a reflexão e as opções dos pareceres do Conselho Científico relativamente ao recrutamento de docentes. É uma forma de responsabilização pessoal e orgânica que reduz as possíveis tensões de funcionamento, que valoriza a participação individual e que, mais importante, permite tomadas de decisão mais justificadas, responsáveis e eficientes.



COMPROMISSO 3

- PROGRAMA ESTRATÉGICO DE INFRAESTRUTURAS

As condições infraestruturais da FMH carecem de uma solução em que o atual funcionamento precário dos serviços, do ensino e da investigação seja suprido. Muitas das instalações são antigas e necessitam de intervenções profundas. O espaço disponível também poderá limitar soluções para necessidades futuras, o que influenciará estratégias de modernidade e de desenvolvimento.

Com a criação da Universidade de Lisboa, o Estádio Universitário de Lisboa passou a integrar o património consolidado da nossa universidade. Em face da situação descrita das infraestruturas da FMH e das características infraestruturais do Estádio Universitário de Lisboa, no último quadriénio da gestão da FMH foram encetadas várias iniciativas para se prepararem as condições de uma tomada de decisão final conducentes à integração da FMH no Estádio Universitário de Lisboa. Este processo não está finalizado e, entretanto, decorreu uma iniciativa informativa solicitada pela Câmara Municipal de Oeiras, na qual esta entidade manifestou interesse em que a FMH continue no concelho de Oeiras.

Em face das iniciativas já decorridas, é entendido que a proposta a ser decidida em sede do Conselho de Escola, e posterior encaminhamento, análise e decisão superior pelo o reitor da Universidade Lisboa, deve ser baseada num programa estratégico. Esta é uma oportunidade única e obrigatória de ser concretizada para se resolver os problemas presentes e se preparar o futuro, e também para que se possa exprimir mais e melhor o capital humano da FMH e aprofundar as relações com as outras faculdades da Universidade de Lisboa e com a comunidade externa com a prestação de serviços diferenciados e de excelência.

Esta maior integração universitária influenciará o ambiente de formação dos alunos, poderá atrair mais candidatos e criar mais oportunidades de colaboração com docentes e equipas de investigação de outras faculdades. Numa época em que se valoriza cada vez mais a formação complementar, esta integração também poderá gerar mais possibilidades para o fluxo de estudantes

entre cursos de diferentes faculdades, nomeadamente nos âmbitos do 2º ciclo e das pós-graduações.

A estratégia para a concretização deste compromisso envolve a criação de uma comissão de quatro pessoas constituída e coordenada pelo presidente da FMH. Esta comissão tem como função coadjuvar o presidente na preparação do programa estratégico que deverá ser articulado com a Reitoria. Há atualmente informação acerca das convicções, vontades e incertezas de várias entidades, cumprindo agora analisar e definir as opções técnicas que se coadunem a algumas opções estratégicas e, naturalmente, considerar as respetivas dimensões económica e financeira com um programa e respetivas condições de exequibilidade.

Considerando a dimensão e a abrangência institucional deste assunto, urge dar prioridade às tarefas conducentes à constituição da comissão, à discussão interna e à preparação técnica do programa estratégico. Este programa estratégico deverá estar finalizado em dezembro de 2018, no sentido de permitir que no quadriénio de 2018-2022 sejam tomadas as consequentes decisões do Conselho de Escola e da Reitoria que permitam a sua implementação.

Em conclusão, este compromisso deve resultar num documento concreto, objetivo e pronto numa linha de tempo curta, expressando a vontade da FMH e as propostas de solução, para que a universidade possa apreciar e decidir. A solução a preconizar com certeza garantirá o melhor cumprimento da missão da FMH e também comportará um valor adicional para a atividade autónoma do Estádio Universitário de Lisboa, nomeadamente no que se refere à inovação e à excelência programática decorrente das oportunidades de interação que a proximidade territorial compreende, concretizando-se em serviços mais especializados à comunidade escolar da Universidade de Lisboa, de outras academias e à população em geral.

COMPROMISSO 4

- MENTALIDADE COLABORATIVA E EMPREENDEDORA

Muito fruto da crise económica e social pela qual Portugal passou, nos últimos tempos as instituições e as pessoas alteraram muito a capacidade organizacional e o estado de espírito relativamente às iniciativas pessoais e à interação com os outros. Foi-se incubando uma mentalidade em que se evitaram os desafios. Perante as dificuldades de percurso e até obstáculos, verificou-se tendencialmente que a desistência e a descrença prevaleceram. Qualquer tipo de esforço foi percebido como inconsequente e não resultando em algum efeito. O criticismo superficial tomou conta da opinião não esclarecida, e o ambiente social foi marcado por uma mentalidade descrente que muito limitou o desenvolvimento das organizações, nomeadamente no âmbito da administração pública.

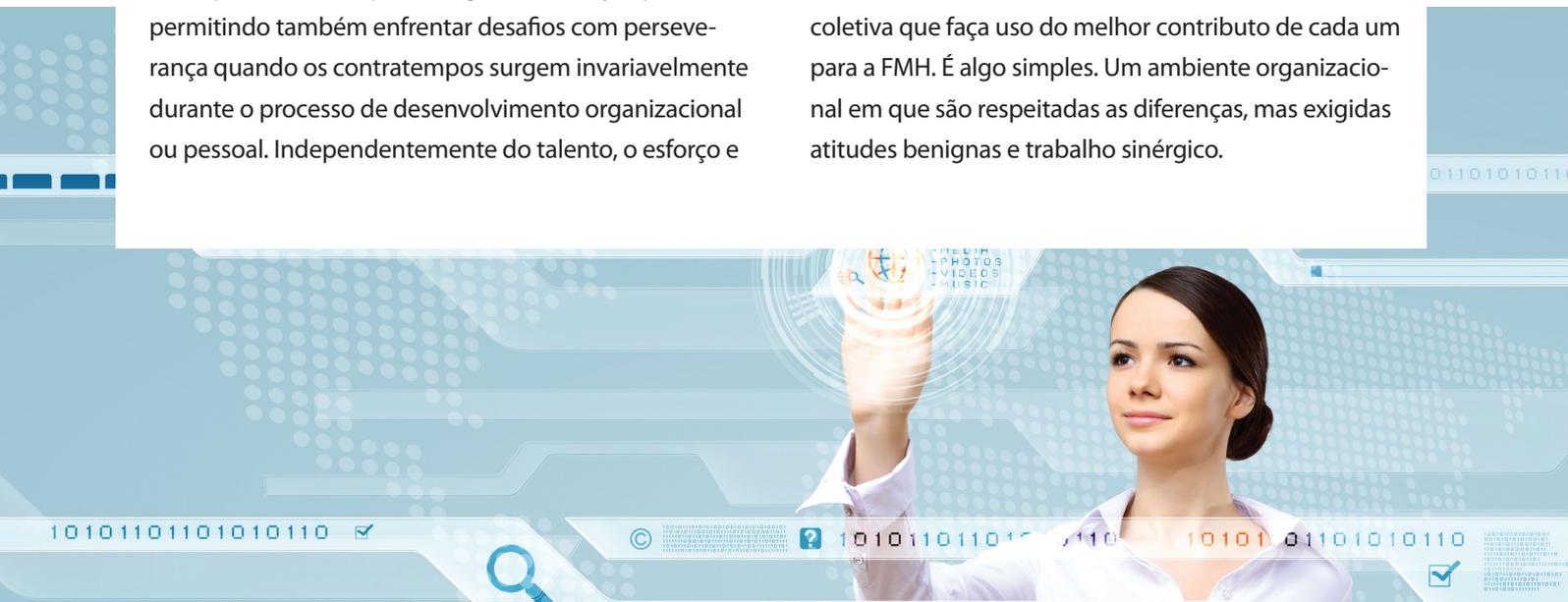
São necessários um compromisso e uma estratégia para se combater esta mentalidade menos confiante, operativa e colaborativa. Importa que os recursos humanos voltem a enfrentar o prazer dos desafios, persistir na procura de soluções quando se observam dificuldades, encontrar comodidade no esforço conducente à consecução de objetivos e compromissos, e recuperar a capacidade para saber ouvir e aprender com as opiniões e as críticas.

Com uma mentalidade colaborativa e empreendedora, podem ser desenvolvidos atributos com dedicação e trabalho. Com esta aproximação, é possível incrementar os processos de aprendizagem e interação pessoal, permitindo também enfrentar desafios com perseverança quando os contratempos surgem invariavelmente durante o processo de desenvolvimento organizacional ou pessoal. Independentemente do talento, o esforço e

a participação são ingredientes essenciais no caminho para o desenvolvimento. Um esforço e participação de iniciativa pessoal que não se esquivam quando solicitada. Para tal, é necessário que cada recurso humano tenha a sua própria voz sem qualquer receio, e que em primeiro lugar se faça ouvir a si mesmo quanto às capacidades para lidar com os desafios, as dificuldades e as aprendizagens sociais. Depois, então, fazer-se uso dessa voz pessoal num quadro institucional em que se pretende valorizar a colaboração e as iniciativas pessoais.

Estas necessidades e compromissos têm também impacto favorável num envolvimento escolar cada vez mais marcado pela consecução de resultados académicos por parte dos docentes e dos alunos. Para além da ciência e da apreensão dos conteúdos programáticos das unidades curriculares, o ambiente universitário deve cultivar o trabalho e valorizar o talento. Com uma visão universalista da compreensão da realidade. Caso contrário, a universidade falha na importante função de preparar os alunos para os desafios sociais emergentes e cada vez mais determinantes no que se refere a atributos importantes para o desenvolvimento pessoal, tais como a dedicação, a colaboração, a responsabilidade, a perseverança e a opinião. Também um ambiente em que os docentes e os funcionários sejam um exemplo para os alunos e para a sua formação humana.

Em conclusão, é necessário retomar uma mentalidade coletiva que faça uso do melhor contributo de cada um para a FMH. É algo simples. Um ambiente organizacional em que são respeitadas as diferenças, mas exigidas atitudes benignas e trabalho sinérgico.



COMPROMISSO 5

– GARANTIA DE QUALIDADE

A secção XIII dos estatutos da FMH prevê a constituição e o funcionamento do Conselho de Avaliação e Garantia da Qualidade, com o objetivo de promover o desenvolvimento de uma cultura pessoal e institucional orientada para a gestão da qualidade. Este Conselho tem como função garantir a implementação de ciclos de melhoria contínua, assegurando a eficácia e a eficiência do sistema de gestão da qualidade em todas as áreas de funcionamento da FMH, monitorizando os respetivos indicadores de funcionamento e emitindo recomendações que contribuam para um funcionamento de excelência. Esta disposição estatutária deve ser implementada, já que se constitui como um órgão estratégico, nos seguintes referenciais de atuação, que lhe permitam:

- Definição da política e objetivos de qualidade: Consolidar uma cultura de qualidade apoiada numa política com objetivos de qualidade formalmente definidos e publicamente disponíveis;
- Definição e garantia da qualidade da oferta formativa: Definir mecanismos para a monitorização regular da sua oferta formativa, desenvolvendo metodologias para a regulação e a revisão periódica dos seus cursos;
- Garantia da qualidade das aprendizagens e apoio aos estudantes: Dotar-se de procedimentos que permitam comprovar e promover a qualidade do ensino;
- Recursos humanos: Contar com mecanismos que assegurem que o recrutamento, gestão e formação do seu pessoal docente e pessoal de apoio se efetua com as devidas garantias, para que possam cumprir com eficácia as funções que lhes são próprias;

- Recursos materiais e serviços: Dotar-se de mecanismos que lhe permitam planear, gerir e melhorar os serviços e recursos materiais com vista ao desenvolvimento adequado das aprendizagens dos estudantes e demais atividades científico-pedagógicas;
- Informação pública: Dotar-se de mecanismos que permitam a publicação periódica de informação atualizada e objetiva, tanto quantitativa como qualitativa, acerca dos cursos e graus oferecidos;
- Investigação e desenvolvimento: Dotar-se de mecanismos para promover e avaliar a atividade científica adequada à sua missão institucional;
- Relações com o exterior: Dotar-se de mecanismos para promover e avaliar a colaboração interinstitucional e com a comunidade, nomeadamente quanto ao seu contributo para o desenvolvimento regional e nacional;
- Internacionalização: Definir procedimentos para promover, monitorizar, avaliar e melhorar as atividades de índole internacional.

Em conclusão, o funcionamento do Conselho de Avaliação e Garantia da Qualidade permitirá uma monitorização dos indicadores de qualidade de todas as áreas da faculdade. Estes indicadores são determinantes para a qualidade das análises, das decisões e dos procedimentos a implementar.

Relativamente às componentes de ensino, investigação e transferência de conhecimento, gestão, projeção externa e infraestruturas, são apresentadas, seguidamente, algumas linhas orientadoras numa aproximação organizada, planeada e explícita para a qual identificaremos os respetivos objetivos e ações.





↳ ENSINO

Uma faculdade deve ser caracterizada pela qualidade de ensino, pela constante renovação e atualização de programas de ensino e aprendizagem e pela criação de oportunidades efetivas de estudo e aprendizagem em que os alunos estejam no centro de todos os processos, com uma organização académica comprometida com a participação e o sucesso dos alunos.

O ensino que desenvolve a aprendizagem de qualidade só pode ser bem organizado e aprimorado através do processo cíclico de reflexão, revisão e aperfeiçoamento. É precisamente nesta fase que se encontra a FMH. Reformar a oferta formativa para preparar e educar alunos para diversos setores, capacitados para aplicarem ao mais alto nível as suas competências e para desempenharem um papel construtivo no desenvolvimento responsável e sustentável do país e da sociedade. Esta qualidade tem que ver com os recursos alocados e com a consecução de diversos princípios de natureza concetual envolvendo a valorização do ensino na universidade e da educação dos alunos para os seus futuros desafios profissionais.

Os recursos humanos alocados envolvem uma interação com a capacidade da sua gestão integrada na organização. Significa isto que as escolhas estratégicas também devem ter em conta a otimização dos custos do ensino, na organização dos planos curriculares e nas opções da oferta formativa global.

O ambiente do ensino superior mudou substancialmente nos últimos anos, e as necessidades do mercado

estão a mudar de forma mais rápida do que a velocidade de adaptação das ofertas formativas e das suas características, o que se constitui como um constante desafio relativamente às necessidades dos alunos, à definição dos perfis de saída e aos planos curriculares. Não somente no que se refere aos conhecimentos e às competências, mas complementarmente nos processos de ensino previstos no modelo de Bolonha e na utilização inovadora das tecnologias. Para se dar resposta a estes desafios, é necessária uma aproximação integrada e estruturada que compreenda o envolvimento dos alunos e que contribua para a implementação de abordagens de aprendizagem ativa e cooperativa, ambientes de ensino e aprendizagem de apoio e de pertença. Reconhecendo e valorizando as diversas capacidades, contribuições, experiências, origens e esforços através da interação de estudantes e de todos os docentes. Unidades curriculares com programas não sobreponíveis com resultados de aprendizagem claros, e cargas de trabalho adequadas em face dos objetivos e tipologias, e da capacidade dos alunos de gerirem o tempo de aulas e de estudo.

1. Aperfeiçoar a relação de confiança entre docentes e estudantes através do aumento dos indicadores da qualidade de ensino e na organização de iniciativas conjuntas de natureza comunitária, académica ou de investigação.
2. Aumentar o interesse dos estudantes pela leção, envolvendo o ensino e aprendizagem com equilíbrio entre as horas de contacto, estudo e trabalhos académicos.
3. Aperfeiçoar a cultura, a inovação e o empreendedorismo através de um ensino com mais impacto na transferência do conhecimento.
4. Redigir as normas orientadoras quanto à revisão curricular do doutoramento em Motricidade Humana, por parte do Conselho de Coordenação.
5. Harmonizar a redação e a apresentação dos programas das unidades curriculares, a iniciar-se desde já no ano letivo 2018-2019.
6. Compilar e consolidar a redação harmonizada dos programas num documento único para cada um dos cursos.
7. Preparar um modelo de organização letiva em que os estudantes escolhem a integração numa turma.
8. Rever o regulamento de avaliação dos docentes no contexto do Conselho Científico.
9. Assegurar o funcionamento, em todos os cursos de 1º ciclo, de comissões pedagógicas, integrando os coordenadores de curso, coordenadores de ano, e alunos delegados de ano, para efetuar o levantamento do funcionamento pedagógico em articulação com o Conselho Pedagógico. A célula-base para a organização e planeamento dos processos de ensino e aprendizagem deverá ser a unidade curricular, como ponto de partida para a monitorização do funcionamento das atividades de ensino, em face dos objetivos estabelecidos nos planos pedagógicos dos cursos, com vista a promover o aperfeiçoamento e a melhoria dos processos de ensino, da avaliação dos estudantes e do seu envolvimento nos processos de aprendizagem.
10. Assegurar um processo de monitorização de resultados insatisfatórios nas unidades curriculares, para que sejam adotados procedimentos de atuação, com vista à resolução dos problemas detetados e à melhoria contínua dos resultados. Estas iniciativas deverão ser promovidas pelos respetivos coordenadores de curso em conjunto com os regentes das unidades curriculares, informando o Conselho Pedagógico sobre o resultado das diligências efetuadas e sobre o plano de atuação proposto.
11. Reforçar a participação avaliativa dos estudantes de 2º ciclo quanto à sua perceção sobre o funcionamento das unidades curriculares, às competências adquiridas, e ao desempenho do corpo docente envolvido na leção, identificando os pontos fortes e os pontos a melhorar. Este processo deverá ser efetuado não só através dos inquéritos individuais da responsabilidade do Conselho Pedagógico, mas também através do contributo dos delegados de ano de cada curso, junto da coordenação de curso, para recolher globalmente elementos relacionados com o funcionamento das unidades curriculares do ano/curso em causa. Pretende-se complementar a análise desenvolvida no âmbito do inquérito lançado aos alunos e permitir posteriormente uma reflexão conjunta da coordenação de curso, com os regentes das unidades curriculares, definindo medidas de reforço ou de alteração do funcionamento.



∩ INVESTIGAÇÃO E TRANSFERÊNCIA DE CONHECIMENTO

No mundo hodierno, o conhecimento, a inovação e a tecnologia estão em grande mudança. Está-se constantemente a exigir novas soluções para velhos e novos problemas. Sem investigação, estas soluções não seriam identificadas, porque ela resulta essencialmente da curiosidade e da identificação das necessidades, contribuindo para o bem-estar das pessoas e para a prosperidade da sociedade.

A Universidade tem uma missão liderante na investigação envolvendo os alunos e os docentes. A investigação descobre, elucida e avalia novos conhecimentos, ideias e tecnologias essenciais para impulsionar o futuro da sociedade e da humanidade. Numa situação-limite, sem investigação não existe um currículo relevante e moderno. A investigação promove a excelência profissional no corpo docente, o que é decisivo para a educação dos alunos. O pensamento crítico e as capacidades analíticas e de comunicação que a investigação requer são também determinantes para os alunos estarem mais bem preparados para os desafios e para as oportunidades do futuro.

Qualquer instituição de ensino superior deve ter a obrigação de contribuir para o desenvolvimento do conhecimento nas suas áreas de intervenção e ser solidária com as outras instituições que contribuem também para o desenvolvimento do conhecimento. A produção científica faz parte do reconhecimento social do valor atribuído e reconhecido à instituição universitária e ao exercício com sucesso da sua missão para a preparação dos seus alunos e para o desenvolvimento da sociedade.

Os recursos existentes em Portugal para a investigação nas áreas de intervenção da FMH têm vindo a decrescer, o que merece uma iniciativa estratégica junto de vários *stakeholders* e de uma profunda análise da conceção de investigação que seja mais relevante para estes *stakeholders*. Por isso, preconiza-se maior ênfase na conceção conjunta de problemas científicos e de produção de conhecimento com *stakeholders* seletivos, compreendendo também estes objetivos e ações.

12. Aperfeiçoar a cultura de inovação que apoie mais a real transferência de tecnologia e conhecimento, incentivando investigação que possa ter mais impacto social.
13. Enfatizar a investigação com construção conjunta de conhecimento envolvendo os parceiros da sociedade e os utilizadores finais desde o início do processo, tirando partido de uma nova aproximação de conceber relações entre parceiros da sociedade e investigadores.

14. Enfatizar a análise conjunta de problemas científicos, para se negociar metas e desenvolver medidas de solução de problemas como a produção de conhecimento.
15. Incrementar o processo de criação colaborativa entre detentores de diferentes sistemas de conhecimento, contribuindo para a resolução de problemas relevantes e complexos.
16. Valorizar a abordagem transdisciplinar, integrando os conhecimentos e perspectivas de diversas disciplinas e vários outros corpos de conhecimento especializado. A inclusão nas provas de mestrado e doutoramento de uma infografia resumo das conclusões mais importantes, para que esta informação possa servir para a uma mais fácil comunicação junto da comunidade e que a transferência de conhecimento também seja mais eficaz.
17. Realizar seminários sobre os modelos, métodos e técnicas da construção conjunta do conhecimento com os parceiros da sociedade e o utilizador final.
18. Preparar a estratégia com o CIPER para a participação na candidatura ao concurso da Fundação para a Ciência e a Tecnologia para os CoLAB (laboratórios colaborativos).
19. Preparar e coordenar um plano para se reclamar fundamentadamente junto do Governo, da Fundação para a Ciência e a Tecnologia e de outros organismos públicos ou privados uma nova agenda de investigação no âmbito do desporto que seja proporcional às necessidades técnicas e científicas e aos investimentos neste setor.
20. Aperfeiçoar a articulação de coordenação e de regulação no funcionamento dos centros de estudos e laboratórios no âmbito dos respetivos departamentos e do Conselho Científico, relativamente aos seus planos e relatórios de atividades, bem como aos seus planos globais de desenvolvimento, em termos de produção científica, eventos científicos, parcerias e internacionalização, e promover iniciativas de articulação transversal entre as estruturas de investigação, no sentido de identificar e ampliar as boas práticas em função da especificidade de cada estrutura.

∟ GESTÃO

A faculdade, como qualquer organização, coordena e integra forças internas num processo de coordenação de esforços - um equilíbrio entre centralização e descentralização, que é considerado de vital importância para as pessoas e para a rendibilidade do trabalho com procedimentos imparciais e transparentes.

Para além do aperfeiçoamento do modelo organizacional, existe o omnipresente problema da sustentabilidade financeira, para o qual todas as pessoas devem estar conscientes e comprometidas. As receitas próprias compreendem uma fração cada vez mais significativa do financiamento. Esta

tipologia de receitas está muito dependente da iniciativa de cada docente, do empreendedorismo individual, que deve ser cada vez mais valorizado. Significa isto que é necessária uma cultura universitária em que todos os docentes tenham a preocupação de procurarem oportunidades de financiamento externo, e se sintam compensados pelo seu esforço e contributo.

De uma forma conjunta, para se aperfeiçoar o modelo organizacional e garantir a sustentabilidade financeiras são priorizados vários objetivos e ações.



21. Promover mais oportunidades para uma maior aproximação entre os funcionários e a gestão, através da organização de reuniões de trabalho para se valorizar a identificação das necessidades organizacionais e definir eixos de tomadas de decisão e estimular a cooperação intra e interáreas administrativas, com maior articulação e autonomia decisória no âmbito das chefias administrativas.
22. Fomentar a coesão da FMH como importante requisito para a consecução qualitativa da sua missão, promovendo anualmente pelo menos duas reuniões gerais de docentes, nas quais se dê também oportunidades aos departamentos para integrarem a agenda de trabalhos. Este método permitirá a partilha interdepartamental de informação e de opinião.
23. Fomentar a coesão e a identidade dos departamentos de Desporto e Saúde e de Educação, Ciências Sociais e Humanidades, para o que se preconiza a realização de dois congressos organizados por cada um dos departamentos, mobilizando reflexão, ideias, conceções, e soluções nos percursos de preparação de cada um dos congressos e que se exprimam no programa científico. Esta iniciativa colocará também a FMH de uma forma mais estruturada no panorama científico nacional e internacional.
24. Fomentar as oportunidades de formação dos funcionários para o desenvolvimento de competências que assegurem o bom funcionamento dos serviços.
25. Implementar uma organização administrativa que limite a participação dos docentes em atos que não sejam de natureza letiva ou de investigação.
26. Implementar uma organização administrativa no âmbito do 2º ciclo que limite o número de intervenientes para a emissão de pareceres conducentes à aprovação de temas, títulos e júris de teses.
27. Implementar uma organização administrativa na qual o aluno possa tratar de todos os seus assuntos num único local de atendimento (exceto a componente financeira).
28. Implementar planos de ação para aumentar e diversificar o financiamento.
29. Tomar medidas na organização e nas opções dos cursos para, em função dos indicadores existentes, se obter o máximo de receita do financiamento público e das propinas durante todos os anos dos cursos.

30. Fomentar o empreendedorismo por parte dos docentes para se atrair mais projetos e receita.
31. Analisar as vantagens e as desvantagens para que alguns serviços adicionais de gestão financeira sejam geridos pela Reitoria, com a finalidade de se tomar uma decisão que permita otimizar a gestão.
32. Redefinir e reestruturar as características funcionais dos recursos humanos para conceber, implementar e avaliar o plano de comunicação.

∩ PROJEÇÃO EXTERNA



As universidades operam num contexto e mercado global e necessitam de comunicar com eficiência para toda a comunidade no plano global. Uma estratégia e uma presença eficazes são fundamentais para desenvolver e manter a reputação da FMH junto dos alunos - desde futuros alunos até à graduação e, posteriormente, como antigos alunos -, potenciais parceiros e empresas locais, e para evidenciar o impacto das atividades desenvolvidas junto dos mais diversos *stakeholders*.

A projeção externa da FMH foi muito incrementada nos últimos tempos, necessitando agora de uma solução estratégica, criativa e abrangente, com especial destaque para a seleção e a qualidade da mensagem, a identificação do público-alvo, as partes interessadas, os canais de comunicação e, essencialmente, os resultados desejados. Vários objetivos e ações contribuem para o aperfeiçoamento da projeção externa da FMH.

33. Identificar os *stakeholders* estratégicos da FMH, analisar as suas expectativas e a forma como são atendidas. A análise dos *stakeholders* envolve um processo de análise de informação sobre os interesses, objetivos e preferências dos interessados para mapear os riscos e as necessidades de comunicação do projeto. Este processo necessita do desenvolvimento de contactos regulares para recolha de informação, definição de interesses comuns e de ações conjuntas, nomeadamente com os *stakeholders* externos das áreas de atividade da FMH:

associações profissionais das áreas de formação da FMH, responsáveis governamentais, empregadores, antigos alunos, parceiros públicos e privados, organismos internacionais, comunicação social, fornecedores de bens e de serviços e público em geral.

34. Desenvolver um plano de comunicação que permita interagir estrategicamente com a comunidade e essencialmente os *stakeholders* com que a FMH se relaciona, visando promover a imagem da faculdade através da qualidade da comunicação e criar uma atitude favorável em relação à organização, ao serviço oferecido e aos conceitos que se pretendem veicular. A operacionalização deste programa de comunicação deve considerar os seguintes requisitos: **i)** identificação das principais linhas estratégicas de atuação da FMH; **ii)** identificação dos *stakeholders* internos e externos da FMH; **iii)** definição de objetivos do plano de comunicação e respetivos indicadores e metas; **iv)** definição de mensagens-chave relativas aos diferentes *stakeholders*; **v)** definição dos meios de comunicação a adotar; **vi)** regulamentação e ativação dos meios de comunicação definidos; **vii)** definição do processo de avaliação da comunicação.
35. Implementar um canal externo de notícias com caráter técnico e científico. A disponibilização desta informação enquadra-se na missão da FMH e permitirá aumentar as visualizações e a utilização da página Web.
36. Harmonizar a informação constante na página Web, no que se refere à imagem e ao conteúdo, envolvendo os departamentos, oferta formativa, laboratórios e centros de estudos.
37. Preparar um *dossier*/agenda com novas propostas de certificação profissional a ser remetido à administração pública desportiva, para se iniciar um processo de discussão da reestruturação dos níveis de formação europeia no âmbito do desporto.
38. Definir uma estratégia coordenada e integrada de iniciativas de internacionalização no âmbito da atividade dos departamentos, centros de estudos, laboratórios e coordenações de cursos.
39. Promover atividades que possibilitem o acesso e a fruição de bens culturais por todas as pessoas e grupos, internos e externos à universidade.
40. Produzir, a partir de 2019, um sumário executivo anual com as atividades mais relevantes nos âmbitos do ensino, da investigação e dos eventos.
41. Promover a transferência, intercâmbio e valorização dos conhecimentos científicos e tecnológicos produzidos, da prestação de serviços à comunidade, da realização de ações de formação contínua, numa base de valorização recíproca e de promoção do empreendedorismo, valorizando e premiando a iniciativa individual nessas ações.
42. Aprofundar o intercâmbio cultural, científico e técnico com instituições e organismos nacionais e estrangeiros, através da mobilidade de estudantes, docentes e pessoal não docente e não investigador. Desenvolver programas educacionais e de investigação, com base em parcerias, da contribuição para a cooperação internacional, com especial destaque para os países europeus e de língua oficial portuguesa, e da construção de um ambiente multi-linguístico na universidade, com expressão na oferta formativa.



∟ INFRAESTRUTURAS

Considerando o referido no compromisso 3, os objetivos e ações no âmbito das infraestruturas são limitados, pese embora a importância da solução da necessidade de um espaço para a interação social e para a alimentação.

43. Limitar as intervenções nas infraestruturas a circunstâncias de emergência, até que seja definido e aprovado o programa estratégico para as futuras instalações da FMH.
44. Solucionar a atual ausência de um espaço para a interação social de docentes e não docentes, para o acolhimento social de convidados e, nomeadamente, para refeições. Face ao entendimento de que se trata de uma necessidade crítica para o bom ambiente organizacional, esta será a única intervenção intencional.
45. Articular com a associação de estudantes a redefinição dos critérios de qualidade do edificado e da prestação de serviços no âmbito do atual ou futuros contratos, os quais neste momento não respondem a critérios mínimos.

3. RESUMO BIOGRÁFICO

NOME	Luís Bettencourt Sardinha
DATA DE NASCIMENTO	S. Pedro do Sul, 21 de maio, 1955
ENDEREÇO	Faculdade de Motricidade Humana, Estrada da Costa, Cruz-Quebrada, Portugal
EMAIL	lsardinha@fmh.ulisboa.pt
TELEFONE	+351 21 414 92 91

EDUCAÇÃO

- 1997 - Post-doc no Body Composition Laboratory, Department of Physiology, College of Medicine, University of Arizona
- 1992 - Doutoramento em Ciências do Desporto, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa
- 1985 - Mestrado em Fisiologia do Exercício, University of Kansas
- 1980 - Licenciatura em Educação Física, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa

POSIÇÕES ATUAIS

- PROFESSOR CATEDRÁTICO - Departamento de Desporto e Saúde, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa
- PRESIDENTE - Departamento de Desporto e Saúde, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa
- COORDENADOR - Laboratório de Exercício e Saúde, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa

LECIONAÇÃO ATUAL

- Atividade Física e Saúde Pública, primeiro ciclo, curso de Ciências do Desporto, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa
- Exercício na Saúde e Doença, primeiro ciclo, curso de Ciências do Desporto, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa
- Prescrição do Exercício, primeiro ciclo, curso de Ciências do Desporto, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa
- Composição Corporal Funcional e Regulação Energética, segundo ciclo, Mestrado em Exercício e Saúde, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa

PROGRAMA DE INVESTIGAÇÃO

- Desenvolvimento de modelos e métodos dinâmicos de avaliação de composição corporal funcional
- Relação gradual e dose-resposta da relação entre o comportamento sedentário, atividade física e aptidão fisiológica com a obesidade, diabetes e outras doenças crónicas não-transmissíveis durante o ciclo de vida

PROJETOS DE INVESTIGAÇÃO RECENTES

- Sistema de Vigilância e Monitorização da Atividade Física e Desportiva. Instituto Português do Desporto e Juventude 2017-2018. Investigador principal: Luís B. Sardinha
- Impact of Breaking-up Sedentary Behavior on Biomarkers and Health-Related Quality of Life: A Randomized Clinical Trial in Sedentary and Overweight Adults. CAPES/Brazilian Government PVE/153347/2013-2017: Investigador principal: Luís B. Sardinha
- Physical Activity, Cardiorespiratory Fitness and Body Composition During Childhood and Adolescence as Determinants of Metabolic Risk and Arterial Properties in Young Adulthood: Secular Trends, Developmental Trajectories and Genetic Interactions. FCT/ Portuguese Government, Science and Technology Foundation PTDC/DES/119028/2010; Investigador principal: Luís B. Sardinha
- A Physical Activity and Family-based Intervention in Pediatric Obesity Prevention in the School-setting. FCT/ Portuguese Government, Science and Technology Foundation PTDC/DES/108372/2008: Investigador principal: Luís B. Sardinha
- Early Beginnings - Tackling Childhood Obesity. FCT/ Portuguese Government, Science and Technology Foundation, Harvard Medical School, IDSIM/SIM/0002/2009: Investigador principal: Isabel Loureiro
- Exercise Training Following Cardiac Resynchronization Therapy in Patients with Chronic Heart Failure; FCT/ Portuguese Government, Science and Technology Foundation PTDC/DES/120249/2010; Investigador principal: Helena Santa-Clara

PUBLICAÇÕES

- Índice-H= 44 (Fonte: Web of Science) e Índice-H= 59 (Fonte: Google Scholar), 1364 citações em 2017 (Fonte: Web of Science), 3006 citações em em 2017 (Fonte: Google Scholar)
- Citações Web of Science - 8 927 (consulta a 19.VI.2018)
- Citações Google Scholar -18 222 (consulta a 19.VI.2018)
- *Higgly cited papers* – 6 (no topo de 1% de citações)
- *Hot papers* – 3 (no topo de 0,1% de citações)
- Autor e co-autor 10 livros, 21 capítulos de livros e mais de 245 artigos científicos publicados em revistas como a Lancet, Diabetes Care, PLOS MEDICINE, JAMA, Transplantation, International Journal of Obesity, Lancet Diabetes and Endocrinology, American Journal of Clinical Nutrition, Obesity, Obesity Reviews, Pediatrics, Experimental Gerontology e The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Science

FUNÇÕES PROFISSIONAIS, EDITORIAIS E OUTRAS

- Presidente, Conselho Científico da Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa (2004-2005)
- Presidente, Instituto do Desporto de Portugal (2005-2011)
- Coordenador científico, Centro Interdisciplinar para o Estudo da Performance Humana (CIPER) (2013-)
- Editor sénior associado, Journal of Physical Activity and Health (2012-2016)
- Membro, Working Group for the Consensus Statement on Active Aging Based on a Delphi Process (2015-)
- Revisor, European Research Council, Member of Review Panels (2013-)
- Membro, Hoc Research Working Group on Body Composition, Health and Performance under the auspices of the International Olympic Committee Medical Commission (2013-)
- Avaliador, Fundação para a Ciência e Tecnologia

- Membro, equipa de investigação do *European Youth Heart Study* (2001-)
- Membro, oito associações científicas nacionais e internacionais, nomeadamente como conselheiro científico para o exercício físico na Sociedade Portuguesa das Doenças Ósseas Metabólicas e no *International Group on Physical Activity Measurement* sob os auspícios da Organização Mundial de Saúde e do *Centers for Disease Control and Prevention*
- Treinador, equipa Sénior Masculina de Voleibol do Sport Lisboa e Benfica durante sete épocas consecutivas (1987-1994) e vencedor de duas Taças de Portugal e de um Campeonato Nacional da 1ª Divisão
- Treinador, equipa Sénior Masculina de Voleibol do Instituto Superior de Educação Física durante três épocas e vencedor de uma Taça de Portugal

ORIENTAÇÕES ACADÉMICAS

- Cinco pós-doutoramentos
- Onze doutoramentos
- Sessenta e sete mestrados

PRÉMIOS E DISTINÇÕES

- Investigador do ano, Motricidade Humana, prémio Santander Totta (2016)
- Investigador do ano, Motricidade Humana, prémio Santander Totta (2007)
- 1º Prémio do concurso Nacional para Investigação em Obesidade com o programa de investigação Promoção do Exercício e Saúde na Obesidade (PESO), atribuído pela ABBOT Laboratórios (2003)
- 1º Prémio atribuído ao programa de Programa de Atividade Física para Seniores do Concelho de Oeiras, atribuído pela Rede Portuguesa das Cidades Saudáveis (coordenação científico-pedagógica do programa) (2003)
- Menção Honrosa do concurso ao Troféu Segurança Bonança “Segurança no Desporto: Uma Exigência, Um Desafio”, com o Programa de Atividade Física para Seniores do Concelho de Oeiras (1998)
- Louvor da Direção do Sport Lisboa e Benfica pela conquista do Campeonato Nacional de Voleibol Sénior Masculino (1994)
- Louvor da Direção do Sport Lisboa e Benfica pela conquista da Taça de Portugal de Voleibol Sénior Masculino (1992)
- Louvor da Direção do Sport Lisboa e Benfica pela conquista da Taça de Portugal de Voleibol Sénior Masculino (1990)
- Louvor da Direção da Associação de Estudantes do Instituto Superior de Educação Física pela conquista da Taça de Portugal de Voleibol Sénior Masculino (1986)
- Prémio do *Research Council of AAHPERD* pela tese de mestrado com o título “*The Effect of Perceived Fatigue on Volleyball Spike Skill Performance*” ter sido considerada entre as 100 melhores teses de mestrado efetuadas nos Estados Unidos no ano de 1985. Por este motivo a tese foi publicada sob a forma de microficha (1985)

PUBLICAÇÕES RECENTES (2017-JUNHO DE 2018)

1. **Sardinha, L. B.** (in press). Physiology of Exercise and Phase Angle: Another Look at BIA. *European Journal of Clinical Nutrition*.
2. Ribeiro, A. S., Schoenfeld, B. J., Dos Santos, L., Nunes, J. P., Tomeleri, C. M., Cunha, P. M., **Sardinha, L. B.**, Cyrino, E. S. (in press). Resistance training improves a cellular health parameter in obese older women: a randomized controlled trial. *Journal of Strength and Conditioning Research*.
3. Tarp, J., Child, A., White, T., Westgate, K., Bugge, A., Grøntved, A., Wedderkopp, N., Andersen, L. B., Cardon, G., Davey, R., Janz, K. F., Kriemler, S., Northstone, K., Page, A. S., Puder, J. J., Reilly, J. J., **Sardinha, L. B.**, van Sluijs, E. M. F., Ekelund, U., Wijndaele, K., & Brage, S., On behalf of the International Children's Accelerometry Database (ICAD) Collaborators. (in press). Physical activity intensity, bout-duration and cardiometabolic risk markers in children and adolescents. *International Journal of Obesity*.
4. Alonso, I., Matos, A., Ribeiro, R., Gil, A., Cardoso, C., **Sardinha, L. B.**, & Bicho, M. (2018). Mountain Cycling Ultramarathon Effects on Inflammatory and Hemoglobin Responses. *Medicine and Science in Sports Exercise*, 50(2), 353-360. doi: 10.1249/MSS.0000000000001440
5. Batista, A., Monteiro, C. P., Borrego, R., Matias, C. N., Teixeira, F. J., Valamatos, M. J., Oliveira, A. C., Reis, J. F., Mendes, L., & **Sardinha, L. B.** (2018). The Association Between Whey Protein, Regional Fat Mass and Strength in Resistance-Trained Men: A Cross-Sectional Study. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*. doi: 10.1139/apnm-2018-0143
6. Cunha, P. M., Ribeiro, A. S., Tomeleri, C. M., Schoenfeld, B. J., Silva, A. M., Souza, M. F., Nascimento, M. A., **Sardinha, L. B.**, & Cyrino, E. S. (2018). The effects of resistance training volume on osteosarcopenic obesity in older women. *Journal of Sports Sciences*, 36(14), 1564-1571. doi: 10.1080/02640414.2017.1403413
7. Cunha, P. M., Tomeleri, C. M., Nascimento, M. A. D., Nunes, J. P., Antunes, M., Nabuco, H. C. G., Quadros, Y., Cavalcante, E. F., Mayhew, J. L., **Sardinha, L. B.**, & Cyrino, E. S. (2018). Improvement of cellular health indicators and muscle quality in older women with different resistance training volumes. *Journal of Sports Science*, 1-6. doi: 10.1080/02640414.2018.1479103
8. Hansen, B. H., Anderssen, S. A., Andersen, L. B., Hildebrand, M., Kolle, E., Steene-Johannessen, J., Kriemler, S., Page, A. S., Puder, J. J., Reilly, J. J., **Sardinha, L. B.**, van Sluijs, E. M. F., Wedderkopp, N., Ekelund, U., & International Children's Accelerometry Database, C. (2018). Cross-Sectional Associations of Reallocating Time Between Sedentary and Active Behaviours on Cardiometabolic Risk Factors in Young People: An International Children's Accelerometry Database (ICAD) Analysis. *Sports Medicine*. doi: 10.1007/s40279-018-0909-1
9. Marques, A., Santos, D. A., Peralta, M., **Sardinha, L. B.**, & Gonzalez Valeiro, M. (2018). Regular physical activity eliminates the harmful association of television watching with multimorbidity. A cross-sectional study from the European Social Survey. *Preventive Medicine*, 109, 28-33. doi: 10.1016/j.ypmed.2018.01.015

10. Melo, X., Santos, D. A., Ornelas, R., Fernhall, B., Santa-Clara, H., & **Sardinha, L. B.** (2018). Pulse pressure tracking from adolescence to young adulthood: contributions to vascular health. *Blood Pressure*, 27(1), 19-24. doi: 10.1080/08037051.2017.1360724
11. Moco, A. V., Matias, C. N., Santos, D. A., Rocha, P. M., Minderico, C. S., Cyrino, E. S., **Sardinha, L. B.**, & Silva, A. M. (2018). Usefulness of Reflection Scanning in Determining Whole-Body Composition in Broadly Built Individuals Using Dual-Energy X-ray Absorptiometry. *Journal of Clinical Densitometry*. doi: 10.1016/j.jocd.2018.03.007
12. Nabuco, H. C. G., Tomeleri, C. M., Sugihara Junior, P., Fernandes, R. R., Cavalcante, E. F., Antunes, M., Ribeiro, A. S., Teixeira, D. C., Silva, A. M., **Sardinha, L. B.**, & Cyrino, E. S. (2018). Effects of Whey Protein Supplementation Pre- or Post-Resistance Training on Muscle Mass, Muscular Strength, and Functional Capacity in Pre-Conditioned Older Women: A Randomized Clinical Trial. *Nutrients*, 10(5). doi: 10.3390/nu10050563
13. NCD Risk Factor Collaboration (**Sardinha, L. B. et al.**). (2018). Contributions of mean and shape of blood pressure distribution to worldwide trends and variations in raised blood pressure: a pooled analysis of 1018 population-based measurement studies with 88.6 million participants. *International Journal of Epidemiology*. doi: 10.1093/ije/dyy016.
14. Santos, D. A., Judice, P. B., Magalhaes, J. P., Correia, I. R., Silva, A. M., Baptista, F., & **Sardinha, L. B.** (2018). Patterns of accelerometer-derived sedentary time across the lifespan. *Journal of Sports Sciences*, 1-9. doi: 10.1080/02640414.2018.1474537
15. Santos, D. A., Marques, A., Minderico, C. S., Ekelund, U., & **Sardinha, L. B.** (2018). A cross-sectional and prospective analyse of reallocating sedentary time to physical activity on children's cardiorespiratory fitness. *Journal of Sports Sciences*, 36(15), 1720-1726. doi: 10.1080/02640414.2017.1411176
16. Silva, A. M., Judice, P. B., Carraca, E. V., King, N., Teixeira, P. J., & **Sardinha, L. B.** (2018). What is the effect of diet and/or exercise interventions on behavioural compensation in non-exercise physical activity and related energy expenditure of free-living adults? A systematic review. *British Journal of Nutrition*, 119(12), 1327-1345. doi: 10.1017/S000711451800096X
17. Silva, D. R., Minderico, C. S., Pinto, F., Collings, P. J., Cyrino, E. S., & **Sardinha, L. B.** (2018). Impact of a classroom standing desk intervention on daily objectively measured sedentary behavior and physical activity in youth. *Journal of Science and Medicine in Sport*. doi: 10.1016/j.jsams.2018.01.007
18. Tomeleri, C. M., Ribeiro, A. S., Cavaglieri, C. R., Deminice, R., Schoenfeld, B. J., Schiavoni, D., Dos Santos, L., de Souza, M. F., Antunes, M., Venturini, D., Barbosa, D. S., **Sardinha, L. B.**, & Cyrino, E. S. (2018). Correlations between resistance training-induced changes on phase angle and biochemical markers in older women. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. doi: 10.1111/sms.13232

19. Tomeleri, C. M., Souza, M. F., Burini, R. C., Cavaglieri, C. R., Ribeiro, A. S., Antunes, M., Nunes, J. P., Venturini, D., Barbosa, D. S., **Sardinha, L. B.**, & Cyrino, E. S. (2018). Resistance training reduces metabolic syndrome and inflammatory markers in older women: A randomized controlled trial. *Journal of Diabetes*, *10*(4), 328-337. doi: 10.1111/1753-0407.12614
20. Werneck, A. O., Cyrino, E. S., Collings, P. J., Ronque, E. R. V., Szwarcwald, C. L., **Sardinha, L. B.**, & Silva, D. R. (2018). TV Viewing in 60,202 Adults From the National Brazilian Health Survey: Prevalence, Correlates, and Associations With Chronic Diseases. *Journal of Physical Activity and Health*, 1-6. doi: 10.1123/jpah.2017-0317
21. Werneck, A. O., Oyeyemi, A. L., Fernandes, R. A., Romanzini, M., Ronque, E. R. V., Cyrino, E. S., **Sardinha, L. B.**, & Silva, D. R. (2018). Regional Socioeconomic Inequalities in Physical Activity and Sedentary Behavior Among Brazilian Adolescents. *Journal of Physical Activity and Health*, *15*(5), 338-344. doi: 10.1123/jpah.2017-0338
22. Werneck, A. O., Oyeyemi, A. L., Gerage, A. M., Cyrino, E. S., Szwarcwald, C. L., **Sardinha, L. B.**, & Silva, D. R. (2018). Does leisure-time physical activity attenuate or eliminate the positive association between obesity and high blood pressure? *The Journal of Clinical Hypertension (Greenwich)*, *20*(5), 959-966. doi: 10.1111/jch.13292
23. Agostinis-Sobrinho, C. A., Moreira, C., Abreu, S., Lopes, L., **Sardinha, L. B.**, Oliveira-Santos, J., Oliveira, A., Mota, J., & Santos, R. (2017). Muscular fitness and metabolic and inflammatory biomarkers in adolescents: Results from LabMed Physical Activity Study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, *27*(12), 1873-1880. doi: 10.1111/sms.12805
24. Bravo, J., Raimundo, A. M., Santos, D. A., Timon, R., & **Sardinha, L. B.** (2017). Abdominal obesity in adolescents: Development of age-specific waist circumference cut-offs linked to adult IDF criteria. *American Journal of Human Biology*, *29*(6). doi: 10.1002/ajhb.23036
25. Copeland, J. L., Ashe, M. C., Biddle, S. J., Brown, W. J., Buman, M. P., Chastin, S., Gardiner, P. A., Inoue, S., Jefferis, B. J., Oka, K., Owen, N., **Sardinha, L. B.**, Skelton, D. A., Sugiyama, T., & Dogra, S. (2017). Sedentary time in older adults: a critical review of measurement, associations with health, and interventions. *British Journal of Sports Medicine*, *51*(21), 1539. doi: 10.1136/bjsports-2016-097210
26. Dogra, S., Ashe, M. C., Biddle, S. J. H., Brown, W. J., Buman, M. P., Chastin, S., Gardiner, P. A., Inoue, S., Jefferis, B. J., Oka, K., Owen, N., **Sardinha, L. B.**, Skelton, D. A., Sugiyama, T., & Copeland, J. L. (2017). Sedentary time in older men and women: an international consensus statement and research priorities. *British Journal of Sports Medicine*, *51*(21), 1526-1532. doi: 10.1136/bjsports-2016-097209
27. Dos Santos, L., Cyrino, E. S., Antunes, M., Santos, D. A., & **Sardinha, L. B.** (2017). Sarcopenia and physical independence in older adults: the independent and synergic role of muscle mass and muscle function. *Journal of Cachexia, Sarcopenia and Muscle*, *8*(2), 245-250. doi: 10.1002/jcsm.12160

28. Harrison, F., Goodman, A., van Sluijs, E. M. F., Andersen, L. B., Cardon, G., Davey, R., Janz, K. F., Kriemler, S., Molloy, L., Page, A. S., Pate, R., Puder, J. J., **Sardinha, L. B.**, Timperio, A., Wedderkopp, N., Jones, A. P., & on behalf the, I. C. (2017). Weather and children's physical activity; how and why do relationships vary between countries? *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(1), 74. doi: 10.1186/s12966-017-0526-7
29. Judice, P. B., Silva, A. M., Berria, J., Petroski, E. L., Ekelund, U., & **Sardinha, L. B.** (2017). Sedentary patterns, physical activity and health-related physical fitness in youth: a cross-sectional study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(1), 25. doi: 10.1186/s12966-017-0481-3
30. Kuzik, N., Carson, V., Andersen, L. B., **Sardinha, L. B.**, Grontved, A., Hansen, B. H., Ekelund, U., & International Children's Accelerometry Database, C. (2017). Physical Activity and Sedentary Time Associations with Metabolic Health Across Weight Statuses in Children and Adolescents. *Obesity*, 25(10), 1762-1769. doi: 10.1002/oby.21952
31. Loyen, A., Clarke-Cornwell, A. M., Anderssen, S. A., Hagstromer, M., **Sardinha, L. B.**, Sundquist, K., Ekelund, U., Steene-Johannessen, J., Baptista, F., Hansen, B. H., Wijndaele, K., Brage, S., Lakerveld, J., Brug, J., & van der Ploeg, H. P. (2017). Sedentary Time and Physical Activity Surveillance Through Accelerometer Pooling in Four European Countries. *Sports Medicine*, 47(7), 1421-1435. doi: 10.1007/s40279-016-0658-y
32. Marques, A., Santos, D. A., Hillman, C. H., & **Sardinha, L. B.** (2017). How does academic achievement relate to cardiorespiratory fitness, self-reported physical activity and objectively reported physical activity: a systematic review in children and adolescents aged 6-18 years. *British Journal of Sports Medicine*. doi: 10.1136/bjsports-2016-097361
33. Matute-Llorente, A., Gonzalez-Aguero, A., Vicente-Rodriguez, G., **Sardinha, L. B.**, Baptista, F., & Casajus, J. A. (2017). Physical activity and bone mineral density at the femoral neck subregions in adolescents with Down syndrome. *Journal of Pediatric Endocrinology and Metabolism*, 30(10), 1075-1082. doi: 10.1515/jpem-2017-0024
34. Mitchell, J. A., Dowda, M., Pate, R. R., Kordas, K., Froberg, K., **Sardinha, L. B.**, Kolle, E., & Page, A. (2017). Physical Activity and Pediatric Obesity: A Quantile Regression Analysis. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 49(3), 466-473. doi: 10.1249/MSS.0000000000001129
35. Moore, J. B., Beets, M. W., Brazendale, K., Blair, S. N., Pate, R. R., Andersen, L. B., Anderssen, S. A., Grontved, A., Hallal, P. C., Kordas, K., Kriemler, S., Reilly, J. J., & **Sardinha, L. B.** (2017). Associations of Vigorous-Intensity Physical Activity with Biomarkers in Youth. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 49(7), 1366-1374. doi: 10.1249/MSS.0000000000001249
36. Morgado, J. P., Matias, C. N., Monteiro, C. P., Alves, F., Reis, J. F., Santos, D. A., Silva, A. M., Martins, F., Seixas, M. T., Rocha-Pereira, P., **Sardinha, L. B.**, & Laires, M. J. (2017). Comparison of immunohematological profile

between endurance- and power-oriented elite athletes. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 42(3), 257-262. doi: 10.1139/apnm-2016-0435

37. NCD Risk Factor Collaboration (**Sardinha, L. B. et al.**). (2017). Worldwide trends in body-mass index, underweight, overweight, and obesity from 1975 to 2016: a pooled analysis of 2416 population-based measurement studies in 128.9 million children, adolescents, and adults. *Lancet*, 390, (10113), 2627-2642.
38. NCD Risk Factor Collaboration (**Sardinha, L. B. et al.**). (2017). Worldwide trends in blood pressure from 1975 to 2015: a pooled analysis of 1479 population-based measurement studies with 19.1 million participants. *Lancet*, 389, (10064), 37-55.
39. Pimenta, N. M., Cortez-Pinto, H., Melo, X., Silva-Nunes, J., **Sardinha, L. B.**, & Santa-Clara, H. (2017). Waist-to-height ratio is independently related to whole and central body fat, regardless of the waist circumference measurement protocol, in non-alcoholic fatty liver disease patients. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, 30(2), 185-192. doi: 10.1111/jhn.12410
40. Ribeiro, A. S., Avelar, A., Dos Santos, L., Silva, A. M., Gobbo, L. A., Schoenfeld, B. J., **Sardinha, L. B.**, & Cyrino, E. S. (2017). Hypertrophy-type Resistance Training Improves Phase Angle in Young Adult Men and Women. *International Journal of Sports Medicine*, 38(1), 35-40. doi: 10.1055/s-0042-102788
41. Ribeiro, A. S., Deminice, R., Schoenfeld, B. J., Tomeleri, C. M., Padilha, C. S., Venturini, D., Barbosa, D. S., **Sardinha, L. B.**, & Cyrino, E. S. (2017). Effect of Resistance Training Systems on Oxidative Stress in Older Women. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 27(5), 439-447. doi: 10.1123/ijsem.2016-0322
42. Ribeiro, A. S., Nascimento, M. A., Schoenfeld, B. J., Nunes, J. P., Aguiar, A. F., Cavalcante, E. F., Silva, A. M., **Sardinha, L. B.**, Fleck, S. J., & Cyrino, E. S. (2017). Effects of Single Set Resistance Training With Different Frequencies on a Cellular Health Indicator in Older Women. *Journal of Aging and Physical Activity*, 1-23. doi: 10.1123/japa.2017-0258
43. Ribeiro, A. S., Schoenfeld, B. J., & **Sardinha, L. B.** (2017). Comment on: "A Review of the Acute Effects and Long-Term Adaptations of Single- and Multi-Joint Exercises During Resistance Training". *Sports Medicine*, 47(4), 791-793. doi: 10.1007/s40279-016-0664-0
44. Ribeiro, A. S., Schoenfeld, B. J., Souza, M. F., Tomeleri, C. M., Silva, A. M., Teixeira, D. C., **Sardinha, L. B.**, & Cyrino, E. S. (2017). Resistance training prescription with different load-management methods improves phase angle in older women. *European Journal of Sport Science*, 17(7), 913-921. doi: 10.1080/17461391.2017.1310932
45. Santos, I., Vieira, P. N., Silva, M. N., **Sardinha, L. B.**, & Teixeira, P. J. (2017). Weight control behaviors of highly successful weight loss maintainers: the Portuguese Weight Control Registry. *Journal of Behavioral Medicine*, 40(2), 366-371. doi: 10.1007/s10865-016-9786-y

46. **Sardinha, L. B.**, & Judice, P. B. (2017). Usefulness of motion sensors to estimate energy expenditure in children and adults: a narrative review of studies using DLW. *European Journal of Clinical Nutrition*, 71(3), 331-339. doi: 10.1038/ejcn.2017.2
47. **Sardinha, L. B.**, Magalhaes, J. P., Santos, D. A., & Judice, P. B. (2017). Sedentary Patterns, Physical Activity, and Cardiorespiratory Fitness in Association to Glycemic Control in Type 2 Diabetes Patients. *Frontiers in Physiology*, 8, 262. doi: 10.3389/fphys.2017.00262
48. **Sardinha, L. B.**, Marques, A., Minderico, C., & Ekelund, U. (2017). Cross-sectional and prospective impact of reallocating sedentary time to physical activity on children's body composition. *Pediatric Obesity*, 12(5), 373-379. doi: 10.1111/ijpo.12153
49. Silva, A. M., Matias, C. N., Santos, D. A., Rocha, P. M., Minderico, C. S., Thomas, D., Heymsfield, S. B., & **Sardinha, L. B.** (2017). Do Dynamic Fat and Fat-Free Mass Changes follow Theoretical Driven Rules in Athletes? *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 49(10), 2086-2092. doi: 10.1249/MSS.0000000000001332
50. Silva, A. M., Matias, C. N., Santos, D. A., Thomas, D., Bosy-Westphal, A., Mu, L. M., Heymsfield, S. B., & **Sardinha, L. B.** (2017). Compensatory Changes in Energy Balance Regulation over One Athletic Season. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 49(6), 1229-1235. doi: 10.1249/MSS.0000000000001216
51. Silva, D. R., Werneck, A. O., Collings, P. J., Fernandes, R. A., Barbosa, D. S., Ronque, E. R. V., **Sardinha, L. B.**, & Cyrino, E. S. (2017). Physical activity maintenance and metabolic risk in adolescents. *Journal of Public Health*, 1-8. doi: 10.1093/pubmed/idx077
52. Silva, D. R., Werneck, A. O., Collings, P. J., Fernandes, R. A., Barbosa, D. S., Ronque, E. R. V., **Sardinha, L. B.**, & Cyrino, E. S. (2017). Family history of cardiovascular disease and parental lifestyle behaviors are associated with offspring cardiovascular disease risk markers in childhood. *American Journal of Human Biology*, 29(5). doi: 10.1002/ajhb.22995
53. Silva, D. R., Werneck, A. O., Collings, P. J., Ohara, D., Fernandes, R. A., Barbosa, D. S., Ronque, E. R. V., **Sardinha, L. B.**, & Cyrino, E. S. (2017). Cardiorespiratory fitness effect may be under-estimated in 'fat but fit' hypothesis studies. *Annals of Human Biology*, 44(3), 237-242. doi: 10.1080/03014460.2016.1229029
54. Souza, M. F., Tomeleri, C. M., Ribeiro, A. S., Schoenfeld, B. J., Silva, A. M., **Sardinha, L. B.**, & Cyrino, E. S. (2017). Effect of resistance training on phase angle in older women: A randomized controlled trial. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 27(11), 1308-1316. doi: 10.1111/sms.12745
55. Tarp, J., Bugge, A., Andersen, L. B., **Sardinha, L. B.**, Ekelund, U., Brage, S., & Moller, N. C. (2017). Does adiposity mediate the relationship between physical activity and biological risk factors in youth?: a cross-sectional study from the International Children's Accelerometry Database (ICAD). *International Journal of Obesity*. doi: 10.1038/ijo.2017.241

56. Werneck, A. O., Silva, D. R., Collings, P. J., Fernandes, R. A., Ronque, E. R. V., Coelho, E. S. M. J., **Sardinha, L. B.**, & Cyrino, E. S. (2017). Biocultural approach of the association between maturity and physical activity in youth. *Jornal de Pediatria*. doi: 10.1016/j.jpmed.2017.09.008
57. Werneck, A. O., Silva, D. R. P., Collings, P. J., Fernandes, R. A., Ronque, E. R. V., Coelho, E. S. M. J., **Sardinha, L. B.**, & Cyrino, E. S. (2017). Birth weight, biological maturation and obesity in adolescents: a mediation analysis. *Journal of Developmental Origins of Health and Disease*, 8(4), 502-507. doi: 10.1017/S2040174417000241



UM PERCURSO
DE EXCELÊNCIA
PARA UM FUTURO
DE QUALIDADE

