

**Universidade de Coimbra**

Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física



**Exercício Físico e Estado de Saúde numa População  
Idosa**

André Freitas dos Santos

Coimbra, 2006



# **Exercício Físico e Estado de Saúde numa População Idosa**

Monografia realizada no âmbito do Seminário de Exercício Físico em Populações Idosas, tendo em vista a obtenção do grau de licenciado em Ciências do Desporto e Educação Física.

**Coordenador:** Professor Doutor Teixeira Veríssimo

**Orientador:** Mestre Raúl Martins