

UNIVERSIDADE DE COIMBRA

FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA



Osteoporose e Actividade Física

**A relevância da actividade física na prevenção e tratamento da
osteoporose na mulher pós-menopáusica**

Ana Costa

Coimbra, Setembro 2009

Monografia realizada no âmbito do seminário:
“Osteoporose e Actividade Física – a relevância da
actividade física na prevenção e tratamento da osteoporose
na mulher pós-menopáusicas”, do ano lectivo 2008/2009,
com vista à obtenção da Licenciatura em Educação Física.

Coordenador e Orientador: Prof. Doutor Fontes Ribeiro