



COMITÉ OLÍMPICO  
DE PORTUGAL

## **PRÉMIO INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA**

Regulamento de Prémios e Galardões (aprovado a 18 de setembro de 2025)

*O Prémio de Investigação Científica visa reconhecer investigadores, a título pessoal ou coletivamente, que tenham tido carreiras de excelência ou prestado contributos científicos de extraordinário valor nos diversos domínios das ciências do desporto e em outras áreas científicas tendo o desporto por objeto de estudo.*

**2023**

- José António Ribeiro Maia – Universidade do Porto

**2024**

- Luís Bettencourt Sardinha – Universidade de Lisboa

**2025**

- CIDESD (Centro de Investigação em Ciências do Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano) - Professor Doutor Daniel Marinho

## **PRÉMIOS CIÊNCIAS DO DESPORTO**

*Patrocínio da Fundação Millennium BCP*

**2014**

### **TREINO DESPORTIVO**

*1.º Prémio*

“Será o volume de aquecimento determinante do rendimento em natação?”

Autores: Henrique Pereira Neiva, Mário Cardoso Marques, Mikel Izquierdo, Tiago Manuel Barbosa, João Luís Viana e Daniel Almeida Marinho

*Menções Honrosas*

“Efeitos fisiológicos do treino em nadadores de elite: uma revisão sistemática em micro-variáveis”

Autores: Mário Jorge Costa, Daniel Almeida Marinho e Tiago Manuel Barbosa

“Determinação da potência aeróbia através de teste específico para taekwondo”

Autores: Fernando Rocha, Aldo Costa, João Brito e Ricardo Matias



COMITÉ OLÍMPICO  
DE PORTUGAL

## **PSICOLOGIA E PEDAGOGIA DO DESPORTO**

### ***1.º Prémio***

“Estudo clínico randomizado para avaliar o impacto de um programa de exercício em doentes com perturbação depressiva”

Autores: Lara Carneiro, José Vasconcelos-Raposo, Maria Paula Mota, Maria Augusta Vieira-Coelho e António Fonseca

### *Menções Honrosas*

“Educação Física e Estilos de vida: Porque são os adolescentes fisicamente (in)ativos”

Autor: João Martins

“A raiva no desporto. Dos seus antecedentes à sua regulação”

Autor: Rui Manuel Costa Sofia e José Fernando da Silva Azevedo Cruz

## **MEDICINA DO DESPORTO**

### ***1.º Prémio***

“Dum spiro, citius, altius, fortius! Prevalência de Asma e Alergia em Olímpicos Portugueses”

Autores: André Moreira e Luís Delgado

### *Menções Honrosas*

“Efeitos de um programa comunitário de exercício físico no controlo da diabetes tipo 2 e do risco cardiovascular”

Autor: Romeu Mendes, Nelson Sousa, Victor Machado Reis e José Luís Themudo Barata

“Modelo Matemático na Avaliação e Controlo do Treino: Contributo para o estudo da potência e capacidade dos sistemas energéticos de atletas de alto rendimento”

Autores: João Beckert, João Pedro Mendes, Ricardo Minhalma, Ricardo Silvestre, Francisco Alves e Nuno Neuparth

## **2015**

## **ECONOMIA, DIREITO E GESTÃO DO DESPORTO**

### ***1.º Prémio***

“Perfil do Consumidor de Futebol/Futsal: As Perceções dos Jogadores e Treinadores sobre as Motivações para a Prática da Modalidade”

1.º Autor: Dina Alexandre Marques Miragaia. Co-autor: Francisco César Pereira Monteiro



COMITÉ OLÍMPICO  
DE PORTUGAL

### *Menções Honrosas*

“Da Natureza Jurídica do Contrato Celebrado entre o Empresário Desportivo e o Praticante Desportivo”

1.º Autor: Daniela Mirante

“A Qualidade do Campeonato do Mundo da FIFA Brasil 2014 nas Cidades Sede”

1.º Autor: Abel Correia. Co-autores: Rui Biscaia e Thiago Santos

## **FISIOLOGIA E BIOMECÂNICA DO DESPORTO**

### *1.º Prémio*

“Será o Tipo de Contração e a Amplitude dos Exercícios de Treino de Força, Determinantes na Melhoria da Funcionalidade e Qualidade Muscular?”

1.º Autor: Maria João de Oliveira Valamatos. Co-autor: António Veloso

### *Menções Honrosas*

“Potência Mecânica e Carga Interna nas Articulações em Movimentos Aquáticos”

1.º Autor: Jessy Lauer. Co-autor: Annie Rouard

### *Menções Honrosas*

“Avaliação da arquitetura muscular da perna através da imagem de tensor de difusão: alterações com a fadiga induzida pelo ciclo muscular de alongamento-encurtamento”

1º Autor: Filipa Oliveira da Silva João. Co-autor: António Prieto Veloso, Sérgio Alves, Mário Secca e Michael Noseworthy

## **HISTÓRIA E SOCIOLOGIA DO DESPORTO**

### *Menção Honrosa*

“O Desporto no Telejornal da RTP: Representações Sociais e Decisão Editorial”

1.º Autor: Carla Cruz. Co-autor: Duarte Araújo

## **2016**

## **TREINO DESPORTIVO**

### *1.º Prémio*

“Os efeitos do conhecimento da duração da tarefa nos padrões de “pacing” durante jogos reduzidos em futebolistas profissionais”

1.º Autor: Ricardo Ferraz. Co-autores: Bruno Gonçalves, Roland van den Tillaar, António Sampaio e Mário Marques

### *Menções Honrosas*

“Reativação muscular antes dos jogos de futebol: É benéfico para a performance física?”



COMITÉ OLÍMPICO  
DE PORTUGAL

1.º Autor: Eduardo Abade. Co-autores: Jaime Sampaio, Bruno Gonçalves, Jorge Baptista, Alberto Alves e João Viana

“Fatores de carga externa e interna associados com a percepção subjetiva de esforço no futebol de elite”

1.º Autor: Pedro Oliveira e Silva. Co-autores: Romeu Mendes, Pedro Santos e José Mário Rocha

## **PSICOLOGIA E PEDAGOGIA DO DESPORTO**

*1º Prémio*

“O Trabalho Coletivo do Departamento de Educação Física e a Gestão da Ecologia das Aulas – A Integração da Agenda Social dos Alunos nas Decisões de Planeamento e Ação dos Professores”

Autor: João Costa

*Menções Honrosas*

““Choking” sob pressão: Estudo exploratório dos factores cognitivos e emocionais”

1.º Autor: Rui Sofia. Co-autores: José Fernando Cruz e Patrícia Simões

“Abandono em Atletas Portugueses de Natação. Diferenças entre géneros e escalões competitivos e impacto nas intenções de voltar à prática”

1.º Autor: Diogo Monteiro. Co-autores: Daniel Marinho, João Moutão, Raúl Antunes e Luís Cid Serra

## **MEDICINA DO DESPORTO**

*1.º Prémio*

“Alteração da resposta fisiológica pelo efeito da altitude simulada”

1.º Autor: João Beckert. Co-autores: Ricardo Minhalma, Diana Ferreira, Joana Reis, Alberto Prata, Ricardo Silvestre, João Mendes, Nuno Neuparth e Francisco Alves

*Menções Honrosas*

“Avaliação dos efeitos de um programa de exercício físico na aptidão física e na qualidade de vida de sobreviventes de cancro da mama. Estudo piloto: Implementação do programa MAMA\_MOVE”

1.º Autor: Pedro Antunes. Co-autores: Dulce Esteves e; José Alberto-Moutinhol

“O transporte de cargas escolares”

1.º Autor: João Barbosa. Co-autores: Daniel Marinho, Mário Marques, Tiago Barbosa, Henrique Neiva e Mikel Izquierdo



**2018**

## **FISIOLOGIA E BIOMECÂNICA DO DESPORTO**

### ***1.º Prémio***

“Padrões do sono e atividade autonómica cardíaca noturna após treinos e jogos realizados a diferentes horas do dia em futebolistas femininas”

Autores: Júlio Alejandro Henriques da Costa, João Brito, Fábio Nakamura

### ***Menções Honrosas***

“Será a morfologia da aponevrose proximal da longa porção do bíceps femoral um fator de risco para a rotura muscular?”

Autores: Sandro R. Freitas, Filipe Abrantes, Vasco Mascarenhas, Maurício Cerdá, Raúl Oliveira, Bruno Mendes, Telmo Firmino, João Vaz

“Atletas master e inflamação: efeitos do treino ao longo da vida”

Autores: Ana Maria Miranda Botelho Teixeira, Luciele Guerra Minuzzi, Luís Manuel Pinto Lopes Rama

## **ECONOMIA, DIREITO E GESTÃO DO DESPORTO**

### ***1.º prémio***

“Adesão à Prática e Retenção de Clientes em Ginásios: Fatores Preditivos da Manutenção do Comportamento ao Longo do Tempo”

Autores: Luís Cid, Diogo Teixeira, João Moutão, Diogo Monteiro

### ***Menções Honrosas***

“Perfil de Consumo de Suplementos Alimentares pelos Praticantes de Ginásio e Fatores que Influenciam a sua Utilização”

Autoras: Dina Alexandra Marques Miragaia, Sofia Daniela Silva Gomes

“Arbitragem Laboral Desportiva em Portugal: Um Jogo de Espelhos?”

Autora: Daniela Mirante

## **HISTÓRIA E SOCIOLOGIA DO DESPORTO**

### ***1.º prémio***

“‘Geração de Ouro’ do Futebol Português: Contributos para uma explicação do seu sucesso”

Autores: Hugo Sarmento, M. Teresa Anguera, Antonino Pereira, Duarte Araújo

### ***Menções Honrosas***

“Dimensão Educativa do Olimpismo: Revisão Sistemática da Literatura”

Autoras: Cláudia Santos, Elsa Pereira, Margarida Mascarenhas

“O Impacto do Dia Paralímpico nos Participantes dos Eventos de Caldas da Rainha e Évora”

Autora: Luísa Paula Anacleto



COMITÉ OLÍMPICO  
DE PORTUGAL

## 2019

### TREINO DESPORTIVO

#### *1.º prémio*

“Desenvolvimento de uma unidade de medida inercial de baixo custo para controlo e avaliação do treino de nadadores”

Autores: Eduardo Félix, Pedro Morouço, Paulo Correia, Hugo Silva

#### *Menções Honrosas*

“Efeitos do treino contínuo e intervalado na cinética do consumo de oxigénio e da desoxigenação muscular”

Autores: Dália Curto, Cristina Monteiro, Francisco Alves, Joana Reis

“Prescrição e Controlo de Treino de Natação Pura Desportiva na Zona de Intensidade Limiar Anaeróbio”

Autores: Rita Varandas, Hugo Sarmento, Luís Rama

### PSICOLOGIA E PEDAGOGIA DO DESPORTO

#### *1.º prémio*

“Desporto, a centelha do pensamento e comportamento criativo”

Autores: Sara Santos, Diogo Coutinho, Nuno Leite, Jaime Sampaio

#### *Menções Honrosas*

“O impacto das pedagogias críticas na formação de treinadores com mente de qualidade”

Autores: Isabel Mesquita, Cláudio Farias

““Diz-me o que fizeste e dir-te-ei o que farás”: Análise longitudinal da prática de exercício físico em ginásios e health clubs”

Autores: Filipe Fernandes Rodrigues, Diogo Santos Teixeira, Henrique Pereira Neiva, Luís Cid, Diogo Monteiro

### MEDICINA DO DESPORTO

#### *1.º prémio*

“A potencialidade do treino por Neurofeedback no aumento da variabilidade cardíaca”

Autores: Christophe Domingos, André Antunes, Pedro Prazeres, Inês Esteves, Agostinho Rosa

#### *Menções Honrosas*

“Aplicabilidade e segurança de um programa de walking football para indivíduos com diabetes tipo 2”

Autores: Romeu Mendes, Ana Barbosa, Elisabete Ramos, João Firmino-Machado, Maria João Sá, César André Coelho, Júlio Costa, Pedro Figueiredo, André Seabra, João Brito



COMITÉ OLÍMPICO  
DE PORTUGAL

“Reabilitação Cardíaca: O Impacto do Treino Intervalado de Alta Intensidade Vs Treino Contínuo Moderado na Fase III”

Autores: Catarina Gonçalves, Armando Raimundo, Jorge Bravo, José Parraça

## **2020-2021**

### **ECONOMIA, DIREITO E GESTÃO DO DESPORTO**

*1.º prémio*

“Os comportamentos dos técnicos de exercício como promotores de sustentabilidade económica dos operadores fitness”

Autores: Filipe Fernandes Rodrigues, Diogo Santos Teixeira, Luís Cid, Diogo Monteiro

*Menções Honrosas*

“Empreendedorismo Feminino na Indústria do Desporto: realidade ou utopia?”

Autores: Dina Alexandra Marques Miragaia, Carla Daniela Moreira da Costa

“O Valor da Educação Olímpica: um Estudo Longitudinal do Programa Transforma Rio 2016”

Autores: Tiago Miguel Patrício Ribeiro, Abel Hermínio Lourenço Correia, Carlos Alberto Figueiredo da Silva, João Paulo Marôco

### **FISIOLOGIA E BIOMEÇÂNICA DO DESPORTO**

*1.º prémio*

“Quantificação da exposição ao contato interpessoal em desportos coletivos durante a pandemia de COVID-19 através de sistemas de rastreamento automático”

Autores: Bruno Gonçalves, Romeu Mendes, Hugo Folgado, Pedro Figueiredo, Bruno Travassos, João Brito

*Menções Honrosas*

“Desenvolvimento e validação de uma Unidade de Medição Inercial quando aplicada no teste de velocidade de 40m, com atletas de Alto Rendimento, de Atletismo”

Autores: Paulo Miranda Oliveira, Orlando Fernandes, Pedro Serra, Marco Branco

“O andebol de recreação como estratégia promotora da saúde óssea e cardiovascular em mulheres pós-menopáusicas sem experiência na modalidade – o projeto “Handball4Health””

Autores: Rita Pereira, Peter Krstrup, José Magalhães, Susana Póvoas

### **HISTÓRIA E SOCIOLOGIA DO DESPORTO**

*1.º prémio*

“Modelo de desenvolvimento atlético e implicações para a longevidade da carreira de jogadores portugueses de futebol”

Autores: Ricardo Monteiro, Diogo Monteiro, Bruno Travassos



COMITÉ OLÍMPICO  
DE PORTUGAL

### *Menções Honrosas*

“Abandono da carreira desportiva de futebolistas de elite portugueses: Uma análise retrospectiva longitudinal”

Autores: Bruno Travassos, António Carapinheira, Diogo Monteiro

“Atividade física, ansiedade e necessidades psicológicas básicas: Caracterização de uma amostra da população portuguesa em contexto de covid-19”

Autores: Raul Antunes, Ricardo Rebelo Gonçalves, Nuno Amaro, Rogério Salvador, Rui Matos, Pedro Morouço, Roberta Frontini

*Patrocínio da Repsol Portuguesa*

### **2022-2023**

#### **TREINO DESPORTIVO**

*1.º prémio*

“Technical match actions and plasma stress markers in elite female football players during an official FIFA tournament”

Autor: Susana Póvoas

Co-autores: António Ascensão, José Magalhães, Pedro Silva, Havard Wiig, Truls Raastad, Carlo Castagna, Helena Andersson

### *Menções Honrosas*

“Using deadlifts as a post-activation performance enhancement strategy in warm-ups in football”

Autor: Eduardo Abade

Co-autores: João Brito, Bruno Gonçalves, Luís Saura, Diogo Coutinho, Jaime Sampaio

“Can high-intensity interval training and small-sided games be effective for improving physical fitness after detraining? a parallel study design in youth male soccer players”

Autor: Filipe Manuel Clemente

Co-Autores: Yusuf Soylu, Ersan Arslan, Bulent Kilit, Joel Garrett, Daniel Van Den Hoek, Georgian Badicu, Ana Filipa Silva.

#### **PSICOLOGIA E PEDAGOGIA DO DESPORTO**

*1.º prémio*

“Learning to cycle: a constraint-led intervention programme using different cycling task constraints”

Autor: Cristiana Mercê

Co-Autores: Keith Davids, David Catela, Marco Branco, Vanda Correia, Rita Cordovil.



### *Menções Honrosas*

“Set to fail: affective dynamics in a resistance training program designed to reach muscle concentric failure”

Autor: Vasco Bastos

Co-autores: Ana Jesus Andrade, Filipe Rodrigues, Diogo Monteiro, Luís Cid, Diogo Santos Teixeira

“Participation in physical education classes and health-related behaviours among adolescents from 67 countries”

Autor: João Martins

Co-Autores: Adilson Marques, Élvio Rúbio Gouveia, Francisco Carvalho, Hugo Sarmento, Miguel González Valeiro

## **MEDICINA DO DESPORTO**

### *1.º prémio*

“Dynamic performance-exposure algorithm for falling risk assessment and prevention of falls in community-dwelling older adults”

Autor: Catarina Pereira

Co-autores: Hugo Rosado, Gabriela Almeida, Jorge Bravo

### *Menções Honrosas*

“Cardiac remodeling induced by exercise in caucasian male master athletes: a cross-sectional study”

Autor: Hélder Dores

Co-autores: Pedro de Araújo Gonçalves, José Monge, Nuno Cardim

“Effects of exercise training on cardiac toxicity markers in women with breast cancer undergoing chemotherapy with anthracyclines: a randomized controlled trial”

Autor: Pedro Antunes

Co-autores: Ana Joaquim, Francisco Sampaio, Célia Nunes, António Ascensão, Eduardo Vilela, Madalena Teixeira, Andreia Capela, Anabela Amarelo, Cristiana Marques, Sofia Viamonte, Alberto Alves, Dulce Esteves

## **2023-2024**

## **FISIOLOGIA E BIOMECÂNICA DO DESPORTO**

### *1.º prémio*

“Hamstring stiffness and strength responses to repeated sprints in healthy nonathletes and soccer players with versus without previous injury”

Autor: Sandro Freitas

Co-autores: Régis Radaelli, Raúl Oliveira e João R. Vaz



### *Menções honrosas*

“Prediction of simulated 1000m kayak ergometer performance in young athletes”

Autor: André Coelho

Co-autores: Fábio Nakamura, Micaela Morgado, Francisco Alves, Angela di Baldassare, Andrew Flatt e Luís Rama

“Effects of ‘football and nutrition for health’ program on body composition, physical fitness, eating behaviours, nutritional knowledge, and physiological status among 7 to 10 years school children”

Autora: Micaela Morgado

Co-autores: Mónica Sousa, André Coelho, Susana Vale, Júlio Costa e André Seabra

## **ECONOMIA, DIREITO E GESTÃO DO DESPORTO**

### *1.º prémio*

“Entrepreneurial intention of sports students in the higher education context – can gender make a difference?”

Autora: Carla Costa

Co-autores: Dina Miragaia e Pedro Veiga

### *Menções honrosas*

“Emotional intelligence: the effects on leadership competences in football coaches”

Autor: Lourival Neto

Co-autores: Dina Miragaia, Pedro Veiga e Sergio Ibáñez

“Motivations and expectations of olympic volunteers: building a legacy of personal development as key factor for the success of sports mega-events”

Autor: Mário Teixeira

Co-autores: Telma Banza, Nuno Almeida e André Sesinando

## **HISTÓRIA E SOCIOLOGIA DO DESPORTO**

### *1.º prémio*

“Understanding the role of sports values on social capital and word-of-mouth on the internet: a case study of esport games”

Autor: Tiago Ribeiro

Co-autores: André Calapez, Victor Almeida e Hirotaka Matsuoka

### *Menções honrosas*

“Learning to cycle: a cross-cultural and cross-generational comparison”

Autora: Rita Cordovil

Co-autores: Cristiana Mercê, Marco Branco, Frederico Lopes, David Catela, Elina Hasanen, Arto Laukkanen, Patrizia Tortella, Guido Fumagalli, Cristina Sá, Boris Jidovtseff, Linus



COMITÉ OLÍMPICO  
DE PORTUGAL

Zeuwts, An de Meester, Farid Bardid, Ricardo Fujikawa, Sanne Veldman, Silvija Zlatar e Isaac Estevan

“Learning to cycle: from training wheels to balance bike”

Autora: Cristiana Mercê

Co-autores: Marco Branco, David Catela, Frederico Lopes e Rita Cordovil

## 2024/2025

### TREINO DESPORTIVO

*1.º prémio*

“How many creatives are enough? Exploring how manipulating the number of creative players in the opposing team impacts footballers’ performance during small-sided games”

Autora: Sara Santos

Co-autores: Diogo Coutinho, Bruno Gonçalves, Jaime Sampaio.

*Menções Honrosas*

“Examining the impact of different re-warm-up strategies on non-starter basketball players’ physical performance”

Co-autores: Enrique Flórez-Gil, Nuno Mateus, Jaime Sampaio e Eduardo Abade.

“Effects of on-court tennis training combined with hiiit versusrst on aerobic capacity, speed, agility, jumping ability, and internal loads in young tennis players”

Autor: Jorge E. Morais

Co-autores: Bulent Kilit, Ersan Arslan, Jose A. Bragada, Yusuf Soylu, Daniel A. Marinho.

### PSICOLOGIA E PEDAGOGIA DO DESPORTO

*1.º prémio*

“Improving motor competence of children. The “super quinas” intervention program in portuguese primary schools”

Autor: Luís P. Rodrigues

Co-autores: Rita Cordovil, Júlio A. Costa, André Seabra, José Guilherme, Susana Vale, Carlos Luz, Fábio Flores, Maria João Lagoa, Gabriela Almeida, Vítor P. Lopes, Cristiana Mercê, Pedro Esteves, Sara Santos, Vanda Correia, João Serrano, Rui Mendes, Rui Matos, Vânia Loureiro, Carlos Neto.

*Menções Honrosas*

“Playwithheart: non-randomized feasibility trial of a mindfulness, acceptance, and compassion-based programme for adolescent athletes”

Autora: Sara Oliveira

Co-autores: Marina Cunha, António Rosado, Inês Matos-Pina, Cláudia Ferreira.



"The mediating role of perfectionism in parental involvement and young athletes' performance"

Autor: Marco Teixeira

Co-autores: Catarina Morais, A. Rui Gomes.

## **MEDICINA DO DESPORTO**

*1.º prémio*

"Movement rate and brain-muscle coupling in male footballers with and without hamstring injury history"

Autor: José Pedro Correia

Co-autores: Hugo Grilo, Erik Witvrouw, João R. Vaz, Sandro R. Freitas.

*Menções Honrosas*

"Impact of the menstrual cycle and barriers to football and futsal performance in portuguese players: a survey-based cross-sectional study"

Autora: Cristiana Santos

Co-autores: Mário Lopes, João Brito, Katrine Kryger, Carolina Wilke, Bruno Travassos.

"Athlete health implications of match injuries in portuguese rugby union"

Autor: Nuno Pinto de Sousa Lopes

Co-autores: António Miguel Cruz-Ferreira, Diana Torres Lima, Marta Amaral Silva, Luiz Miguel Santiago.