

---

Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física  
Universidade de Coimbra

---



Influência de um programa de exercício  
físico sobre a capacidade física funcional e  
os estados de humor numa população idosa.

Pedro Machado Santos Pessanha Cisneiros

Orientadora: Professora Doutora Ana Teixeira

---

Coimbra, 2005