

Unidade Curricular	Educação para a Saúde e Qualidade de Vida	Área Científica	Trabalho Social e Orientação
CTeSP em	Serviço Social e Desenvolvimento Comunitário	Escola	Escola Superior de Educação de Bragança
Ano Letivo	2020/2021	Ano Curricular	1
Tipo	Semestral	Semestre	2
Horas totais de trabalho	135	Horas de Contacto	T - - TP 54 PL 36 TC - S - E - OT - O -
Nível	0-1	Créditos ECTS	5.0
Código	4057-557-1202-00-20		

T - Ensino Teórico; TP - Teórico Prático; PL - Prático e Laboratorial; TC - Trabalho de Campo; S - Seminário; E - Estágio; OT - Orientação Tutórica; O - Outra

Nome(s) do(s) docente(s) Paulo Miguel Mafra Gonçalves

Resultados da aprendizagem e competências

No fim da unidade curricular o aluno deve ser capaz de:

1. Analisar criticamente o conceito de saúde proposto pela OMS;
2. Conhecer conceitos básicos de saúde;
3. Reconhecer a adopção de estilos de vida saudáveis nas instituições e nos espaços de lazer como factor salutogénico de grande importância;
4. Fundamentar a importância da participação ativa dos educadores e outros membros da comunidade, na criação de condições que permitam desfrutar de melhores níveis de saúde e qualidade de vida;
5. Utilizar metodologias no sentido de uma atuação adequada ao nível da dinamização de ações de Promoção e Educação para a Saúde em várias Instituições da Comunidade.

Pré-requisitos

Antes da unidade curricular o aluno deve ser capaz de:
Não são requeridos pré-requisitos.

Conteúdo da unidade curricular

1. Conceito de saúde e doença; 2. Problemas actuais de Saúde Pública; 3. Comportamentos e saúde; 4. Metodologia em Promoção/Educação para a Saúde.

Conteúdo da unidade curricular (versão detalhada)

1. Conceito de saúde e doença
 - Análise do conceito de saúde segundo a OMS
 - A evolução do conceito de saúde
 - Factores que influenciam o estado de saúde das populações
 - Considerações gerais sobre a Educação para a Saúde e Promoção da Saúde
2. Problemas actuais de Saúde Pública
 - História natural da doença
 - Os microrganismos e as principais doenças humanas
 - Saúde ambiental
3. Comportamentos e saúde
 - Nutrição
 - Higiene
 - Comportamentos de risco (Tabagismo, alcoolismo, toxicod dependência, alimentação desequilibrada)
 - Consequências de comportamentos de risco (Obesidade, anorexia, stress, DST, etc.)
 - Relação entre atitudes, comportamentos e qualidade de vida
4. Metodologia em promoção/educação para a Saúde
 - Metodologias participativas em educação para a saúde
 - Projeto de intervenção em educação para a saúde

Bibliografia recomendada

1. Benett, P. , & Muphy, S. (2000). Psicologia e Promoção da Saúde. Lisboa: Climepsi Editores.
2. Carvalho, A. , & Carvalho G. (2006). Educação para a Saúde: conceitos, práticas e necessidades de formação. Lusociência: Edições Técnicas e Científicas.
3. Loureiro, I. , & Miranda, N. (2010). Promover a saúde: dos fundamentos à ação. Coimbra: Edições Almedina.
4. Silva, L. (2002). Promoção da Saúde. Lisboa: Universidade Aberta
5. Carvalho, A. et al (2017). Referencial de Educação para a Saúde. (Coord.) Filomena Pereira e Pedro Cunha. Ministério da Educação – Direção-Geral da Educação Direção-Geral da Saúde.

Métodos de ensino e de aprendizagem

Aulas teórico-práticas, promovendo momentos de reflexão e discussão sobre temas diversos e situações concretas do dia-a-dia. Interacção através da realização de jogos colectivos e actividades de grupo, reproduzíveis em acções de EpS. Concepção de campanhas de Educação para a Saúde e desenvolvimento de actividades em contexto escolar, promovidas pelos próprios alunos. Apresentações orais.

Alternativas de avaliação

1. Avaliação Contínua - (Ordinário, Trabalhador) (Final)
 - Prova Intercalar Escrita - 50% (Conteúdos teóricos abordados na unidade curricular.)
 - Trabalhos Práticos - 50% (Planificação e execução de uma atividade de Educação para a Saúde.)
2. Avaliação de Exame - (Ordinário, Trabalhador) (Recurso, Especial)
 - Exame Final Escrito - 50% (Conteúdos teóricos abordados na unidade curricular.)
 - Temas de Desenvolvimento - 50% (Classificação obtida durante a avaliação por frequência.)

Língua em que é ministrada

1. Português
2. Português, com apoio em inglês para alunos estrangeiros

Validação Eletrónica

Paulo Miguel Mafra Gonçalves	Paulo Miguel Mafra Gonçalves	Cristina Maria Mesquita Gomes	António Francisco Ribeiro Alves
20-10-2020	21-10-2020	10-11-2020	10-11-2020