

| | | | |
|--------------------------|--|-------------------|---|
| 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. Interação através da realização de jogos colectivos e actividades de grupo, reproduzíveis em ações 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 |