INSTITUTO POLITÉCNICO DE BRAGANÇA

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
Nível	0-1	Créditos ECTS	5.0
Tipo	Semestral	Semestre	2
Código	4057-557-1202-00-20		

Horas totais de trabalho	135	Horas de Contacto	T -	TP 54	PL 36	TC -	S -	E -	OT -	O -

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 Promoçao 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, toxicodependência, alimentaçao desiquilibrada)
   - 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 acção. 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

Este documento só tem validade académica depois de autenticado, em todas as suas folhas, com o selo a óleo da Instituição.

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

Este documento só tem validade académica depois de autenticado, em todas as suas folhas, com o selo a óleo da Instituição.