

|                          |                                        |                   |                 |                                         |      |
|--------------------------|----------------------------------------|-------------------|-----------------|-----------------------------------------|------|
| Unidade Curricular       | Opção III - Educação, Saúde e Ambiente |                   | Área Científica | Formação na Área da Docência            |      |
| Licenciatura em          | Educação Básica                        |                   | Escola          | Escola Superior de Educação de Bragança |      |
| Ano Letivo               | 2022/2023                              | Ano Curricular    | 3               | Nível                                   | 1-3  |
| Tipo                     | Semestral                              | Semestre          | 2               | Créditos ECTS                           | 3.0  |
| Código                   | 9853-531-3205-06-22                    |                   |                 |                                         |      |
| Horas totais de trabalho | 81                                     | Horas de Contacto | T -             | TP 27                                   | PL - |
|                          |                                        |                   | TC -            | S -                                     | E -  |
|                          |                                        |                   | OT 9            | O -                                     |      |

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

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

### Resultados da aprendizagem e competências

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

1. Identificar fatores de risco ambientais e comportamentais
2. Dominar conceitos básicos relacionados com a saúde, de modo a permitir uma reflexão crítica e sistemática sobre problemas de saúde
3. Reconhecer a importância e o papel do educador ambiental na sociedade com vista a uma mudança de comportamentos
4. Reconhecer a adoção de estilos de vida saudáveis nas instituições e nos espaços de lazer como fator salutogénico de grande importância
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 se aplica

### Conteúdo da unidade curricular

1. Fatores de risco ligados ao ambiente 2. Fatores de risco comportamentais 3. Metodologias em educação/promoção da saúde

### Conteúdo da unidade curricular (versão detalhada)

1. Fatores de risco ligados ao ambiente
  - Identificação de factores de risco químicos, físicos e biológicos
  - Prevenção e vigilância dos factores de risco
2. Fatores de risco comportamentais
  - Hábitos alimentares
  - Higiene
  - Consumos aditivos
  - Promoção de comportamentos saudáveis
3. Metodologias em educação/promoção da saúde
  - Instituições da comunidade como agentes salutogénicos
  - O educador ambiental como promotor da educação para a saúde
  - Metodologias participativas em educação para a saúde
  - Projetos de intervenção em educação para a saúde

### Bibliografia recomendada

1. Marques, A. M. (1994). Metodologias participativas em educação para a saúde. Dossier de apoio. Direção Geral de Saúde – Divisão de Educação para a Saúde.
2. Baptista, M. I. (coord. ) (2006). Educação alimentar em meio escolar: referencial para uma oferta alimentar saudável. Direcção-Geral de Inovação e de Desenvolvimento Curricular, Lisboa.
3. Teixeira, P. J., Sardinha, L. B., & Barata, J. L. (2008). Nutrição, Exercício e Saúde. Lidel.
4. Carvalho, A. et al (2017). Referencial de Educação para a Saúde. (Coord. ) Filomena Pereira e Pedro Cunha. Ministério da Educação – Direcção-Geral da Educação Direcção-Geral da Saúde.
5. Miranda N. ; Loureiro, I. (2010). Promover a Saúde - dos fundamentos à ação. Edições Almedina.

### Métodos de ensino e de aprendizagem

Exploração dos conteúdos, enquadrada com uma discussão prévia a partir de situações concretas e do dia a dia. Apresentações recorrendo aos meios audiovisuais. Apresentação de temas para discussão, em pequenos grupos, seguida de debate promovendo a participação de todos os alunos na defesa dos seus pontos de vista. Planificação de atividades de educação para a saúde.

### Alternativas de avaliação

1. Avaliação contínua - (Ordinário, Trabalhador) (Final)
  - Prova Intercalar Escrita - 50% (Teste escrito sobre os conteúdos teóricos.)
  - Trabalhos Práticos - 50% (Trabalho de planificação de uma atividade em Educação para a Saúde com um público alvo específico.)
2. Avaliação de exame - (Ordinário, Trabalhador) (Recurso, Especial)
  - Exame Final Escrito - 50% (Teste escrito sobre os conteúdos teóricos.)
  - Trabalhos Práticos - 50% (Trabalho de planificação de uma atividade em Educação para a Saúde com um público alvo específico.)

### Língua em que é ministrada

Português

### Validação Eletrónica

|                              |                                               |                                          |                              |
|------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------|
| Paulo Miguel Mafrá Gonçalves | Adorinda Maria Rodrigues Pereira S. Gonçalves | Maria Cristina do Espírito Santo Martins | Carlos Manuel Costa Teixeira |
| 11-01-2023                   | 16-01-2023                                    | 22-01-2023                               | 22-01-2023                   |