

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

Curso:	<ul style="list-style-type: none"> Mestrado em Desporto, especialização em Condição Física e Saúde Mestrado em Desporto, especialização em Desporto de Natureza 					
Unidade Curricular:	Actividade Física e Saúde Pública					
1.º ANO	2.º semestre	ECTS: 5				
Horas de contacto:	T: 10h	TP: 16h	PL:	OT:	TC:	S: 4h
Regente (categoria, grau académico, nome, e-mail):	Professora Coordenadora Doutora Rita Santos Rocha (rsantos@esdrm.pt)					
Docentes (categoria, grau académico, nome, e-mail):	Professor Adjunto equiparado Mestre Nuno Pimenta (npimenta@esdrm.pt) Professora Auxiliar convidada M.ª Filomena Carnide (fcarnide@fmh.utl.pt) Professora Adjunta convidada Doutora Ema Brito (emabrito@gmail.com) Assistente convidado Mestre Marco Branco (marcobranco@esdrm.pt) Assistente convidado Mestre Pedro Xavier Melo (xaviermelo@esdrm.pt)					
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none"> Conhecer o papel da actividade física como forma de intervenção primária e de intervenção secundária na Saúde Pública; Desenvolver o estudo da Epidemiologia através do conhecimento dos principais tipos de estudos e a sua aplicação; Conhecer as bases da Epidemiologia Genética; Discutir e apresentar estudos epidemiológicos; Pesquisar e interpretar estudos científicos que sustentam as bases da Saúde Pública nos países desenvolvidos; Discutir e apresentar estudos científicos que sustentam as bases do desenvolvimento da Saúde Pública nos países desenvolvidos; Elaborar projectos e programas de intervenção na Saúde Pública e Exercício, que visem a Promoção da Saúde ou a Educação para a Saúde, sustentados nas evidências científicas e nas necessidades das populações. 					
Conteúdos:	<ul style="list-style-type: none"> Epidemiologia da actividade física. O papel do Exercício como forma de intervenção primária e de intervenção secundária na Saúde Pública (diabetes, síndrome metabólico, fígado gordo, hipertensão, obesidade, entre outros). Pesquisa e interpretação de estudos científicos que sustentam as bases da Saúde Pública nos países desenvolvidos. Elaboração de projectos e programas de intervenção na Saúde Pública e Exercício, que visem a Promoção da Saúde ou a Educação para a Saúde, sustentados nas evidência científicas e nas necessidades das populações (<i>e-learning</i>). 					
Avaliação:	Contínua: 1 trabalho individual - selecção e análise de artigos (40%) + 1 trabalho em grupo - programa de intervenção ou projecto de investigação (40%) + apresentação do trabalho em grupo (20%)					
	Final: 1 trabalho individual - selecção e análise de artigos (40%) + 1 trabalho individual - programa de intervenção (40%) + prova oral (20%)					
Bibliografia principal:	<ul style="list-style-type: none"> Beaglehole, R.; Bonita, R. & Kjellstrom, T. (2003). <i>Epidemiologia Básica (versão portuguesa)</i>. Geneva: World Health Organization. Lisboa: Escola Nacional de Saúde Pública. Donaldson, L. J. & Donaldson, R. J. (2003). <i>Essential Public Health</i>. 2nd edition (revised). Berkshire: Petroc press. Gonçalves-Ferreira (1990). <i>Moderna Saúde Pública</i>. Lisboa: Edições Gulbenkian. Hardman, A.E. & Stensel, D. (2003). <i>Physical Activity and Health. The Evidence Explained</i>. London: Routledge. Santos-Rocha, R. (2007). <i>Saúde Pública e Actividade Física</i> (Documentação de Apoio). Escola Superior de Desporto de Rio Maior (não publicado). 					