

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

Curso:	<ul style="list-style-type: none"> • Licenciatura em Desporto de Natureza e Turismo Activo • Licenciatura em Treino Desportivo • Licenciatura em Gestão das Organizações Desportivas 					
Unidade Curricular:	Saúde Pública e Actividade Física (opção)					
1.º ANO	1.º semestre	ECTS: 4				
Horas de contacto:	T: 15h	TP: 30h	PL:	OT:	TC:	S:
Regente (categoria, grau académico, nome, e-mail):	Professora Coordenadora Doutora Rita Santos Rocha (rsantos@esdrm.pt)					
Docentes (categoria, grau académico, nome, e-mail):	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 os conceitos associados à Saúde Pública, à Promoção da Saúde e à Educação para a Saúde; • Conhecer o papel da actividade física como forma de intervenção primária e de intervenção secundária na Saúde Pública; • Conhecer as principais orientações políticas da Organização Mundial de Saúde para a Europa; • Introduzir o estudo da Epidemiologia através do conhecimento dos principais tipos de estudos e a sua aplicação; • Pesquisar estudos científicos que sustentam as bases da Saúde Pública nos países desenvolvidos; • Abordar os aspectos de saúde e segurança no trabalho, no ponto de vista dos profissionais do Desporto; • Conhecer formas de intervenção na comunidade, através da Actividade Física; • Conhecer os principais pontos de 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 evidências científicas e nas necessidades das populações. 					
Conteúdos:	<ul style="list-style-type: none"> • Origens e Conceitos da Saúde Pública. Conceitos associados à Saúde Pública, à Promoção da Saúde e à Educação para a Saúde. • Principais orientações políticas da Organização Mundial de Saúde para a Europa. • O papel do Exercício como forma de intervenção primária e de intervenção secundária na Saúde Pública. • Saúde pública e actividade física em populações especiais (fases especiais da vida) • Introdução à Epidemiologia: evolução, definição e métodos utilizados. • Os factores de saúde e segurança no trabalho, no ponto de vista dos profissionais do Desporto. • Intervenção com Actividade Física na Comunidade. • 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. 					
Avaliação:	Contínua: 1 trabalho individual - selecção e análise de artigos (40%) + 1 trabalho em grupo - programa de intervenção (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"> • ACSM (1997). <i>Fitness Facility Standards and Guidelines</i>. USA: ACSM. • 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). 					