

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

Curso:	• Mestrado em Actividade Física em Populações Especiais						
Unidade Curricular:	Saúde, Desenvolvimento e Envelhecimento						
1.º ANO	1.º semestre		ECTS:4				
Horas de contacto:	T:20	TP:	PL:	OT:	TC:	S:	EL:10
Regente (categoria, grau académico, nome, e-mail):	Professora Associada Ana Alexandre Fernandes, Departamento de Saúde Pública/ Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Nova de Lisboa. ( <a href="mailto:ana.alexandre@fcm.unl.pt">ana.alexandre@fcm.unl.pt</a> )						
Docentes (categoria, grau académico, nome, e-mail):	Professora Associada Ana Alexandre Fernandes, Departamento de Saúde Pública/ Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Nova de Lisboa. ( <a href="mailto:ana.alexandre@fcm.unl.pt">ana.alexandre@fcm.unl.pt</a> ) Professora Adjunta equiparada Mestre Teresa Bento, ESDRM. ( <a href="mailto:teresabento@esdrm.ipsantarem.pt">teresabento@esdrm.ipsantarem.pt</a> )						
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Adquirir conhecimentos que permitam reflectir sobre o contexto social em que decorre a saúde e a doença, num contexto de envelhecimento populacional;</li> <li>▪ Adquirir competências específicas ao nível da reflexão sobre os problemas relacionados com a promoção da saúde e os determinantes que lhe estão associados;</li> <li>▪ Adquirir os instrumentos conceptuais e operatórios que promovam o desenvolvimento do conhecimento nesta área problemática;</li> <li>▪ Desenvolver competências para o pensamento crítico face à saúde e à promoção da saúde;</li> <li>▪ Adquirir conhecimentos multidisciplinares que proporcionem competências na identificação dos problemas e na formulação de soluções inovadoras e criativas;</li> <li>▪ Desenvolver um ponto de vista da actividade física, enquanto olhar particular sobre a saúde e a promoção da saúde;</li> <li>▪ Adquirir competências ao nível da avaliação dos determinantes da saúde relacionados com a prática de exercício físico em populações idosas.</li> </ul>						
Conteúdos:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Saúde e doença. Definição de conceitos. Como definir a saúde? A construção social da doença e a sua diversidade cultural. A medicalização das sociedades. Doenças crónicas e normalização.</li> <li>2. Promoção da Saúde e Educação para a Saúde. Desigualdades em saúde. Saúde e representações sociais de saúde e doença. Diferenças sociais de práticas de saúde e consumo médico. Condições de vida e acesso à saúde. Literacia e promoção da saúde. A Carta de Otawa.</li> <li>3. A saúde das populações. A transição demográfica e a transição epidemiológica. Mortalidade e morbidade. Esperança de vida e esperança de saúde. Emergência de patologias incapacitantes.</li> <li>4. Padrões de actividade física - diferenças entre adultos e dos idosos e entre homens e mulheres e os contextos de participação.</li> <li>5. A dinâmica das populações europeia e portuguesa. A diversidade europeia: factos e números. Os impactos das mudanças demográficas. A população portuguesa. O crescimento da longevidade geracional e os seus impactos. A questão demográfica.</li> <li>6. Saúde e envelhecimento. Os desafios da longevidade e os paradigmas de intervenção pública. O Envelhecimento Activo.</li> <li>7. Envelhecimento e Ciclo de vida. A idade da velhice e a idade da reforma. O limiar de idade fixo na definição das categorias velhice e reforma.</li> <li>8. Determinantes da actividade física - a influência de cada um dos factores na participação na actividade física.</li> <li>9. Promoção de estilos de vida activo em idosos - Perspectivas de actuação.</li> </ol>						
Avaliação:	<p>Contínua: Os elementos de avaliação desenvolvidos durante as horas de contacto serão uns, realizados de forma individual, e outros em grupo (consoante a natureza do trabalho em questão), e representam 25% da nota final.</p> <p>Para além dos trabalhos acima descritos e produzidos durante as horas de contacto, o aluno deverá realizar uma avaliação escrita, e que contabiliza 75% para a nota final.</p> <p>Final: O aluno deverá cumprir uma prova escrita de avaliação teórica individual, que contabiliza 75% para a nota final e na qual deverá obter uma classificação igual ou superior a 8 valores para aceder à fase seguinte de avaliação. Esta será constituída por uma ficha de leitura que contabiliza 25% (não presencial) para a nota final.</p>						
Bibliografia principal:	<p>Marmot, M., (2004), <i>The status Syndrome. How social standing affects our health and longevity</i>, Times Books, New York.</p> <p>Fernandes, A. A., (2008), <i>Questões Demográficas</i>, Edições Colibri.</p> <p>Kickboush, I., (----), "Health literacy: Addressing the health and education divide", <i>Health Promotion International</i>, Vol 16, 3, Oxford University Press.</p> <p>Macintyre, S., (----), <i>Inequalities in health in Scotland: What are they and what can we do about them?</i></p>						