

Unidade Curricular: [6734021] Comportamentos de Saúde e Estilos de Vida da Criança e do Jovem

---

## 1. Identificação

<b>Unidade Curricular:</b>	Comportamentos de Saúde e Estilos de Vida da Criança e do Jovem
<b>Ano Lectivo:</b>	2019-20

## 2. Detalhes da Unidade Curricular

<b>Curso</b>	Pós-Licenciatura de Especialização em Enfermagem de Saúde Infantil e Pediatria
<b>Ano Curricular</b>	1
<b>Semestre</b>	2
<b>ECTS</b>	6

## 3. Equipa Pedagógica

<b>Regente / Coordenador</b>	Maria da Graça Vinagre da Graça
<b>Docentes</b>	Maria da Graça Vinagre; Cristina Jeremias

## 4. Finalidade

Desenvolver competências no âmbito da promoção de comportamentos de saúde nas crianças, adolescentes, famílias e outros agentes educativos que favoreçam a adoção de estilos de vida saudáveis face aos contextos de ordem individual e coletiva.

## 5. Objetivos / Resultados de Aprendizagem

- Conhece a realidade atual da saúde das crianças e adolescentes com base nos comportamentos de saúde e de risco destes grupos etários;
- Compreende os determinantes dos estilos de vida das crianças, dos jovens e famílias pelo recurso a modelos teóricos;
- Analisa os fatores facilitadores e as barreiras de ordem individual e contextual à adoção de comportamentos de saúde;
- Conhece projetos de investigação e de intervenção de âmbito nacional e internacional na área dos comportamentos de saúde e estilos de vida das crianças e dos jovens;
- Reconhece a importância do desenvolvimento de projetos para a inovação e mudança das práticas de cuidados;
- Perspetiva estratégias de intervenção facilitadoras da promoção de estilos de vida saudáveis e adequadas ao desenvolvimento e às realidades dos contextos de vida das crianças, adolescentes e jovens, à luz das perspetivas teóricas.

Unidade Curricular: [6734021] Comportamentos de Saúde e Estilos de Vida da Criança e do Jovem

---

## 6. Conteúdos Programáticos

1. Comportamentos de saúde, comportamentos de risco e estilos de vida: discussão e análise de conceitos.
  2. A Saúde e bem-estar das crianças e dos adolescentes na atualidade
- Caracterização e análise da situação atual, particularmente em Portugal, com apelo à evidência dos comportamentos de saúde e de risco destes grupos etários.
1. Promoção de saúde e a prática de comportamentos de saúde:
    - Determinantes psicossociais da saúde particularmente relacionados com os estilos de vida;
    - Modelos sociocognitivos que sustentem as práticas de intervenção dos enfermeiros, no âmbito das áreas que espelham os problemas de saúde atuais das crianças, dos jovens e famílias;
    - A influência da cultura nos cuidados de saúde às crianças, aos jovens e famílias;
    - Projetos de investigação e de intervenção e programas nacionais e internacionais promotores da saúde das crianças e adolescentes em meio familiar, escolar, serviços de saúde e outras estruturas da comunidade.

## 7. Demonstração da Coerência dos Conteúdos Programáticos com os Objetivos / Resultados de Aprendizagem

Os conteúdos programáticos foram selecionados e organizados no sentido de proporcionar aos estudantes uma visão atual da saúde das crianças e dos jovens, tomando como referência os comportamentos de saúde e de risco na população infantil e juvenil. E também de favorecer uma análise compreensiva dos determinantes dos estilos de vida, nomeadamente de fatores facilitadores e de barreiras de ordem individual e contextual com ênfase nos aspetos psicossociais e culturais, à luz de perspetivas teóricas sociocognitivas que permitam ao enfermeiro perspetivar práticas de cuidados promotoras da saúde e bem-estar das crianças, adolescentes e famílias. O recurso a projetos de investigação e de intervenção na área da promoção de comportamentos de saúde nestes grupos etários constitui uma mais-valia não só ao conhecimento da realidade nacional e parcerias internacionais como ao incentivo da inovação e eventuais mudanças nos seus contextos de trabalho, seja em saúde infantil ou em pediatria.

Unidade Curricular: [6734021] Comportamentos de Saúde e Estilos de Vida da Criança e do Jovem

## 8.Carga Horária

Horas Contacto	(T) Teórico	30	Anual
	(TP) Teórico Prático		
	(PL) Prática Laboratorial		
	(TC) Trabalho de campo		
	(S) Seminário	20	
	(E) Estágio		
	(OT) Orientação e tutorial	10	
	(O) Outra		

Horas dedicadas (Trabalho não acompanhado)

**Total de horas de trabalho (Horas de contacto + horas dedicadas)** 150

## 9. Metodologias de Ensino

- Sessões Teóricas: Exposição teórica pelos docentes; privilegia-se a análise e discussão em plenário.
- Sessões OT: Constituição de grupos de trabalho (6 a 8), distribuídos pelos docentes responsáveis pela Tutoria. Sessões de orientação à elaboração dos trabalhos em diferentes áreas temáticas no âmbito da UC.
- Sessões Seminário: Atividades desenvolvidas em plenário com apresentação oral do trabalho realizado em grupo e respetivo debate.

## 10. Avaliação

- Contínua:

-Realização de reflexão crítica, escrita e individual, permitindo diferentes opções a definir com o docente e estudantes. Ponderação-30% da classificação final.

-Elaboração de um trabalho em grupo com apresentação oral e discussão em plenário. Entrega de documento escrito. Ponderação-70% da classificação final.

- Final:

-Exame final que inclui o conjunto de conteúdos programáticos abordados na UC.

Unidade Curricular: [6734021] Comportamentos de Saúde e Estilos de Vida da Criança e do Jovem

---

## 11. Demonstração da Coerência das Metodologias de Ensino com os Objetivos / Resultados de Aprendizagem

Os enfermeiros têm uma intervenção primordial na promoção da saúde e bem-estar nas crianças e jovens, e de quem se espera uma participação ativa no cumprimento das metas preconizadas nos programas de saúde infantil e juvenil.

Os conteúdos teóricos são apresentados com apelo à participação ativa dos estudantes. A elaboração de trabalhos, em pequenos grupos, sobre temas específicos com fundamentação teórica e reflexão sobre as suas práticas de cuidados, facilita a identificação dos determinantes dos comportamentos e o encontrar de estratégias adequadas e eficazes à promoção de estilos de vida saudáveis nas crianças, adolescentes e famílias, quer em cuidados de saúde primários quer em ambiente hospitalar. A oportunidade de apresentação oral e discussão dos trabalhos promove um espaço de partilha de saberes teóricos e experienciais que concorrem para o desenvolvimento do pensamento e análise crítica. Por vezes, equacionam-se projetos a implementar futuramente nos contextos de prática.

## 12. Bibliografia

- Breinbauer, C. & Maddaleno, M. (2005). Youth: choice and change: promoting health behaviors in adolescents. Washington: PAHO.
- Direcção Geral da Saúde (2013). Programa Nacional de Saúde Infantil e Juvenil. Lisboa: DGS.
- Direcção-Geral da Saúde (2015). Programa Nacional de Saúde Escolar 2015. Lisboa: DGS.
- Kilkelly, U. & Savage, E. (2013). Child-Friendly healthcare: A report commissioned by the Ombudsman for Children. Dublin.
- Lopes, José C. R. (ed.). (2009). Multiculturalidade - Perspectivas da Enfermagem. Contributos para melhor cuidar. Loures: Lusociência.
- Loureiro, I. & Miranda, N. (2010). Promover a saúde: dos fundamentos à acção. Coimbra: Almedina.
- Matos, M. G. & Sampaio, D. (2009). Jovens com saúde: diálogo de uma geração. Lisboa: Texto Editores.
- Matos, M. G., Simões, C., Camacho, I., Reis, M. & Equipa Aventura Social (2015). A Saúde dos Adolescentes Portugueses em tempos de recessão - relatório do estudo HBS 2014.
- Simões, M. C. R. (2007). Comportamentos de risco na adolescência. Coimbra: Fundação Calouste Gulbenkian, FCT.
- World Health Organization (2012). Making health services adolescent friendly: developing national quality standards for adolescent-friendly health services. Geneva: WHO.

Nota: No decurso das aulas será indicada bibliografia complementar de acordo com os temas abordados.