

---

**Ano Letivo** 2023-24

---

**Unidade Curricular** ESTRATÉGIAS PROMOTORAS DE SAÚDE EM CONTEXTO ESCOLAR

---

**Cursos** ALIMENTAÇÃO E EMENTAS ESCOLARES (Pós-graduação)

---

**Unidade Orgânica** Escola Superior de Saúde

---

**Código da Unidade Curricular** 19501005

---

**Área Científica** DIETÉTICA E NUTRIÇÃO

---

**Sigla**

---

**Código CNAEF (3 dígitos)** 726

---

**Contributo para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável - ODS (Indicar até 3 objetivos)** 3; 2; 10

---

**Línguas de Aprendizagem** Português-PT

**Modalidade de ensino**

Presencial.

**Docente Responsável**

Ezequiel António Marques Pinto

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)
---------	--------------	--------	-----------------------------

\* Para turmas lecionadas conjuntamente, apenas é contabilizada a carga horária de uma delas.

ANO	PERÍODO DE FUNCIONAMENTO*	HORAS DE CONTACTO	HORAS TOTAIS DE TRABALHO	ECTS
1º	S2	20TP	78	3

\* A-Anual;S-Semestral;Q-Quadrimestral;T-Trimestral

**Precedências**

Sem precedências

**Conhecimentos Prévios recomendados**

São recomendados conhecimentos no âmbito das licenciaturas habilitantes ao título de Nutricionista e de análise e interpretação de textos e artigos científicos em língua inglesa.

**Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências)**

Após a conclusão desta unidade curricular, os estudantes serão capazes de:

1. Compreender os princípios da promoção da saúde.
2. Compreender a importância da promoção da alimentação saudável nas escolas e seu impacto na saúde e bem-estar de crianças e jovens.
3. Identificar o papel das escolas na promoção da saúde.
4. Identificar os principais intervenientes envolvidos na promoção de uma alimentação saudável nas escolas e suas funções.
5. Analisar o estado atual da alimentação nas escolas e identificar áreas para melhoria.
6. Desenvolver estratégias para projetar, implementar e avaliar programas de promoção da saúde e estratégias de educação alimentar nas escolas.

---

### Conteúdos programáticos

1. Promoção da saúde e educação alimentar: definição e princípios da promoção da saúde; importância da promoção da saúde e educação alimentar nas escolas.
2. Papel das escolas na promoção da saúde: o ambiente escolar; papel dos professores, administradores e outros funcionários escolares na promoção da saúde; políticas e práticas alimentares escolares; obstáculos para uma alimentação saudável nas escolas.
3. Estratégias de promoção da saúde nas escolas: nutrição e atividade física; saúde mental; abuso de substâncias; educação em saúde sexual.
4. Planeamento e implementação de programas de promoção da saúde nas escolas: planeamento e organização de programas de promoção da saúde; desenvolvimento de metas e objetivos para programas de promoção de uma alimentação saudável; envolvimento de estudantes, funcionários e encarregados de educação em programas de promoção da saúde.
5. Estudos de caso em promoção da saúde e educação alimentar.

---

### Metodologias de ensino (avaliação incluída)

As aulas serão de componente teórico-prática (TP) e utilizarão os métodos expositivo e demonstrativo, com meios audiovisuais, e a aplicação de conhecimentos através de exercícios práticos.

A classificação de frequência (CF) será arredondada à unidade e corresponderá à nota obtida num teste escrito. Consideram-se aprovados os estudantes com nota igual ou superior a 9,5 valores. É requisito para CF que o estudante não ultrapasse 4 faltas nas aulas. São exceção a este requisito os estudantes abrangidos por regulamentação própria.

A classificação por exame (CE) será arredondada à unidade e corresponderá à nota obtida num exame escrito. Consideram-se aprovados os estudantes com nota igual ou superior a 9,5 valores.

A classificação final da UC será CF para os estudantes que dispensam, ou a classificação do exame para os que o realizam.

---

### Bibliografia principal

- Green, L., Gielen, A., Ottoson, J., Peterson, D., & Kreuter, M. (2022). *Health Program Planning, Implementation, and Evaluation* 2 : *Creating Behavioral, Environmental, and Policy Change* . Johns Hopkins University Press.
- Knisel, E. (2017). *Health Promotion at School* 2 : *Pedagogical Aspects and Practical Implications* . De Gruyter Open Poland.
- ? Carvalho, A., Matos, C., & Mindeirco, C., et al. (2017). *Referencial de Educação para a Saúde* . Ministério da Educação ? Direção-Geral da Educação. Direção-Geral da Saúde.
- World Food Programme. (2022). *State of School Feeding Worldwide 2022* . Rome, World Food Programme.
- Rutledge, T. F. (2011). School Health Guidelines to Promote Healthy Eating and Physical Activity. Morbidity and Mortality Weekly Report. Recommendations and Reports. Volume 60, Number 5. In *Centers for Disease Control and Prevention* . Centers for Disease Control and Prevention.

---

**Academic Year** 2023-24

---

**Course unit**

---

**Courses**

---

**Faculty / School** SCHOOL OF HEALTH

---

**Main Scientific Area**

---

**Acronym**

---

**CNAEF code (3 digits)** 726

---

**Contribution to Sustainable Development Goals - SGD (Designate up to 3 objectives)** 3; 2; 10

---

**Language of instruction** Portuguese-PT

---

**Teaching/Learning modality** Face-to-face.

**Coordinating teacher** Ezequiel António Marques Pinto

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
----------------	------	---------	-----------

\* For classes taught jointly, it is only accounted the workload of one.

Contact hours	T	TP	PL	TC	S	E	OT	O	Total
	0	20	0	0	0	0	0	0	78

T - Theoretical; TP - Theoretical and practical ; PL - Practical and laboratorial; TC - Field Work; S - Seminar; E - Training; OT - Tutorial; O - Other

#### Pre-requisites

no pre-requisites

#### Prior knowledge and skills

Previous knowledge in the field of the degrees enabling the title of Nutritionist and in analysis and interpretation of texts and scientific articles in English language is recommended.

#### The students intended learning outcomes (knowledge, skills and competences)

Upon completion of this course unit, students will be able to:

1. Understand the principles of health promotion.
2. Understand the importance of nutrition promotion in schools and its impact on children's health and well-being.
3. Identify the role of schools in promoting health.
4. Identify key stakeholders involved in nutrition promotion in schools and their roles.
5. Analyze the current state of nutrition in schools and identify areas for improvement.
6. Develop strategies for designing, implementing and evaluating health promotion programs and nutrition education strategies in schools.

## Syllabus

1. Health promotion and nutrition education: definition and principles of health promotion; importance of health promotion and nutrition education in schools
  2. Role of Schools in Health Promotion: the school environment; role of teachers, administrators, and other school staff in health promotion; school food policies and practices; barriers to healthy eating in schools
  3. Health promotion strategies in schools: nutrition and physical activity; mental health; substance abuse; sexual health education.
  4. Designing and implementing health promotion programs in schools: planning and organizing health promotion programs; developing goals and objectives for nutrition promotion programs; engaging students, staff, and parents in health promotion programs.
  5. Case studies in health promotion and nutrition education.
- 

## Teaching methodologies (including evaluation)

The classes will have a theoretical-practical (TP) approach and will utilize expository and demonstrative methods with the use of audiovisual aids, and the application of knowledge through practical exercises.

The continuous evaluation (CF) will be rounded to the nearest whole number and will correspond to the grade obtained in a written test. Students with a grade equal to or higher than 9.5 will be considered approved. It is a requirement for CF that the student does not exceed 4 absences in the classes. Students covered by specific regulations are exempt from this requirement.

The exam grade (CE) will be rounded to the nearest whole number and will correspond to the grade obtained in a written exam. Students with a grade equal to or higher than 9.5 will be considered approved.

The final grade for the course unit will be CF for students who are exempt from the exam, or the exam grade for those who take it.

---

## Main Bibliography

- Green, L., Gielen, A., Ottoson, J., Peterson, D., & Kreuter, M. (2022). *Health Program Planning, Implementation, and Evaluation 2 : Creating Behavioral, Environmental, and Policy Change* . Johns Hopkins University Press.
- Knisel, E. (2017). *Health Promotion at School 2 : Pedagogical Aspects and Practical Implications* . De Gruyter Open Poland.
- ? Carvalho, A., Matos, C., & Mindeirco, C., et al. (2017). *Referencial de Educação para a Saúde* . Ministério da Educação ? Direção-Geral da Educação. Direção-Geral da Saúde.
- World Food Programme. (2022). *State of School Feeding Worldwide 2022* . Rome, World Food Programme.
- Rutledge, T. F. (2011). School Health Guidelines to Promote Healthy Eating and Physical Activity. Morbidity and Mortality Weekly Report. Recommendations and Reports. Volume 60, Number 5. In *Centers for Disease Control and Prevention* . Centers for Disease Control and Prevention.