

CURSO  
**PROMOÇÃO DA SAÚDE  
MENTAL NO CONTEXTO  
ESCOLAR**

**49 HORAS** (16 HORAS SÍNCRONAS E 33 HORAS ASSÍNCRONAS)

**MAIS VALIAS:** Dotar os formandos de ferramentas de promoção e de intervenção da saúde psicológica e bem-estar no contexto escolar.

ONLINE | PÓS-LABORAL

**320€**



**LITERACIA EM SAÚDE MENTAL NO CONTEXTO ESCOLAR**

- Fundamentos da literacia em saúde
- O papel das escolas na promoção de competências de literacia em saúde
- Avaliação e promoção da literacia em saúde entre estudantes
- Literacia em saúde e intervenção precoce: o papel da educação em saúde para a deteção precoce de problemas de saúde mental e física em crianças e adolescentes;

**CARACTERIZAÇÃO DO CONTEXTO ESCOLAR E O PAPEL DO PSICÓLOGO**

- Definição de conceitos em saúde
- Definição de conceitos em saúde
  
- Desenvolvimento e implementação de programas:
  - . Saúde, estilos de vida e saúde mental dos adolescentes portugueses
  - . Saúde e qualidade de vida nas crianças e adolescentes nos seus ecossistemas: escola e família
- Atividades de promoção da saúde na escola e família:
  - . Trabalho com famílias
  - . Promoção da saúde e do bem-estar dos professores
- Estratégias pedagógicas para a educação em saúde nas escolas
- Empoderamento dos jovens para a construção da própria saúde
- Análise de casos reais;

**PREVENÇÃO E PROMOÇÃO NA INTERVENÇÃO EM SAÚDE MENTAL**

- Abordagens teóricas na intervenção psicológica em contexto escolar
- Implementação de modelos e teorias de comportamento em saúde na educação
- Desenvolvimento de estratégias de prevenção em saúde nas escolas
- Estratégias de promoção de saúde em ambientes educacionais
- Ferramentas para a avaliação e monitorização de programas de saúde escolar;

**METODOLOGIA DE ELABORAÇÃO DE PROJETOS**

- Desenvolvimento de propostas de projeto:
  - . Objetivos de intervenção
  - . Fundamentação
  - . Estruturação
  - . Orçamento;

**IDENTIFICAÇÃO DE NECESSIDADES E PROJETOS NA ÁREA DA SAÚDE MENTAL EM MEIO ESCOLAR**

- Técnicas de avaliação do impacto e eficácia dos resultados;



### MARGARIDA GASPAR DE MATOS

Licenciada em Psicologia; Especialização em Psicoterapia cognitivo-comportamental pela Universidade Claude Bernard (Lyon II); Doutoramento em Motricidade Humana com Agregação em Saúde Internacional pelo IMHT/UNL; Pós doutoramento na SDSU (Universidade de San Diego California) e QUT (Queensland University of Technology); Professora Catedrática na Faculdade de Lisboa; Lecciona vários cursos de Mestrado e Coordena vários Projectos de investigação na área da Saúde Mental, promoção da Saúde e Estilos de Vida Activos e Promoção de Competências Sociais; Coordenadora Nacional do HBSC/OMS; Investigadora e Coordenadora de Investigação no ISAMB - Instituto de Saúde Ambiental da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa / Centro de investigação da FCT.



### CÁTIA BRANQUINHO

Psicóloga Clínica e da Saúde, doutorada em Ciências da Educação, especialidade em Educação para a Saúde pela Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa (FMH/UL). Pós-doutorada em Ciências da Educação na FMH/UL. Investigadora da equipa Aventura Social ([www.aventurasocial.com](http://www.aventurasocial.com)), onde desempenha funções de investigadora e coordenadora executiva do estudo A VOZ dos Jovens na pandemia COVID-19. Investigadora do Centro de Investigação de Saúde Ambiental, Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa (FM/UL). Membro da rede internacional Health Behaviour in School-aged Children/Organização Mundial de Saúde (HBSC/OMS), com especial enfoque no youth engagement, comportamentos de consumo e dependência, tecnologias e violência interpessoal. Integra o conselho consultivo do youth engagement da OMS.



### GINA TOMÉ

Psicóloga da Educação, Psicóloga Clínica e da Saúde, Especialidade avançada de Psicoterapias e Psicologia Comunitária. Mestre em Terapias Comportamentais e Cognitivas, Doutorada em Ciências da Educação, especialidade em Educação para a Saúde pela Faculdade de Motricidade Humana (FMH, UL). Investigadora Auxiliar na Faculdade de Motricidade Humana. Investigadora da equipa do projeto "Aventura Social", nas áreas da Saúde Mental, Resiliência, Promoção das Competências Pessoais e Sociais, Promoção e Prevenção de Comportamentos de Risco na Adolescência, Relação dos Adolescentes com o Grupo de Pares. Coordenadora do Projeto ES´COOL – Promoção da Saúde Mental nas Escolas/Equipa Aventura Social, FMH/ULisboa.

**TÂNIA GASPAR**

Psicóloga Clínica e da Saúde. Mestre em Saúde Pública e Doutorada em Psicologia. Diretora do Instituto de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade Lusíada de Lisboa (ULL). Investigadora de Equipa Aventura Social e do Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB) da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa (FMUL). Membro da rede Health Behaviour in School-aged Children/Organização Mundial da Saúde (HBSC/OMS). Presidente da Aventura Social - Associação.