

5º CONGRESSO INTERNACIONAL EM SAÚDE

Atividade Física e Saúde

Programa e Resumos



Universidade do Minho, Braga, Portugal
10 – 13 Julho 2018

Graça S. Carvalho
Beatriz Pereira
Rafaela Rosário
Teresa Vilaça
Zélia Anastácio
(Eds.)



Copyright © 2018 pelo Centro de Investigação em Estudos da Criança (CIEC)
Instituto de Educação, Universidade do Minho
Todos os direitos reservados
Impresso em Portugal
www.ciec-uminho.org
cisaude@ie.uminho.pt

ISBN 978-972-8952-50-1 (eBook)

Este Congresso teve o financiamento do CIEC (Centro de Investigação em Estudos da Criança), pelo Projeto Estratégico UID/CED/00317/2013, através dos Fundos Nacionais da FCT (Fundação para a Ciência e a Tecnologia), cofinanciado pelo Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional (FEDER) através do COMPETE 2020 – Programa Operacional Competitividade e Internacionalização (POCI) com a referência POCI-01-0145-FEDER-007562.

Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Europeu
de Desenvolvimento Regional



Programa PéAtivo: Promoção da Saúde Pré-Escolar. Atividade Física e Lancheiras Saudáveis

Catarina Vasques*¹, Pedro Magalhães¹, & Ana Cravalho²

¹ Instituto Politécnico de Bragança - Escola Superior de Educação, Portugal

² Unidade Local de Saúde do Nordeste – ULSNE, Portugal

A Promoção e Educação para a Saúde (PES) em meio escolar é um processo contínuo que visa o desenvolvimento de competências das crianças, permitindo-lhes confrontarem-se positivamente consigo próprios e serem capazes de fazer escolhas individuais, conscientes e responsáveis. A PES tem também, como missão criar ambientes facilitadores dessas escolhas e estimular o espírito crítico para o exercício de uma cidadania ativa.

Deste modo, o Programa PéAtivo visa sensibilizar as crianças, os pais/encarregados de educação (EncEd) e demais comunidade educativa para a importância de um estilo de vida promotor de saúde, através da realização de 2 deslocações/semana a pé para o Jardim-de-infância (JI), 2 sessões/semana lúdico-motoras e 1 reunião mensal com os EncEd. Este programa está implementado nos JI de todos os agrupamentos de escolas da cidade de Bragança, envolvendo um total de 204 crianças com idades entre os 4 e os 5 anos. Estão a ser avaliados os níveis de atividade física das crianças (pedómetro New-Lifestyles NL-2000) e calculado o valor nutricional dos lanches com recurso ao registo fotográfico (lanches manhã/tarde).

Pretende-se assim, estudar o efeito da intervenção nos níveis de atividade física das crianças e no valor nutricional dos lanches que as crianças levam para o JI.

Palavras-chave: Programa de intervenção; Crianças pré-escolar; Lancheiras saudáveis; Atividade física.

Autor para contacto: * catarinav@ipb.pt

A Prática Física e Desportiva no 1.º Ciclo do Ensino Básico. Falando de Modelos Sustentáveis para a Educação e Saúde

Maria Isabel Condessa*

FCSH/ UAçores; CiEC-IE/ UMinho, Portugal

O início da Educação Básica é um momento fulcral na educação para a atividade física. Embora desde cedo se preveja a oferta na escola de um conjunto de práticas físicas, lúdicas e desportivas relevantes para as necessidades das crianças, nem sempre essa intenção se têm concretizado.

Nesta comunicação pretendemos realçar a importância de uma educação da criança/jovem desenvolvida em dois programas escolares complementares:

1. com a Educação Expressão Físico Motora (EF), lecionada em horário curricular pelo professor especialista e, algumas vezes, pelo professor titular de turma;
2. com o Desporto Escolar, que decorre em atividades extracurriculares, propondo uma oferta de iniciação à prática física e desportiva em várias modalidades significativas para a criança e, de animação através da cultura regional (AFD).

Sugerimos aqui uma análise deste modelo suportado em práticas sustentáveis para a educação e saúde nas escolas do 1.º ciclo e que apenas têm permanecido em parte do todo nacional. Mesmo após as fortes mudanças verificadas na última década, esta é uma oportunidade de uma prática de EF e AFD que se propõe criar melhores condições de vida às crianças, assegurando-lhes uma equidade de oportunidades para ter comportamentos mais ativos e propiciadores de hábitos de vida saudável.

Palavras-chave: Educação; Atividade Física e Saúde; Crianças.

Autor para contacto: * condessa@uac.pt