

EDITAL

Pós-Graduação em Estilos de Vida, Literacia para a Saúde & Sustentabilidade

1ª Edição

Nos termos do Decreto-Lei nº 42/2005, de 22 de fevereiro, do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de março e sucessivas alterações, e demais legislação aplicável. No cumprimento do Regulamento de Cursos não Conferentes de Grau do Instituto Politécnico de Coimbra - Despacho n.º 5051/2017 de 6 de junho, publicado na 2ª Série do Diário da República, n.º 109, faz-se saber que está aberto concurso de acesso à Pós-Graduação em Estilos de Vida, Literacia para a Saúde & Sustentabilidade (PG-EVLSS), a iniciar no ano letivo de 2022/2023, o qual se rege pelas seguintes disposições:

1. O curso resulta de uma conjugação de esforços entre várias instituições (nacionais e internacionais), designada por Academia Estilos de Vida Saudáveis (HeLiCA), projetada para contribuir para uma vida sustentável no meio de uma crise ecossistémica, composto por 13 unidades curriculares, que corresponde a 60 ECTS.
Áreas científicas predominantes: Saúde, com a classificação CNAEF 720, e Ciências Sociais e do comportamento, com a classificação CNAEF 310.
2. A estrutura curricular, o plano de estudos, ECTS e conteúdos programáticos, são as constantes do Anexo I do presente Edital.
3. Podem candidatar-se os titulares do grau de bacharel, licenciado ou equivalente legal das áreas de e conhecimento que integram a saúde, as ciências sociais, proteção social, educação, humanidades e áreas afins.
4. Os candidatos que reúnam as condições expressas no número anterior são admitidos, seriados e selecionados tendo em conta os seguintes critérios:
 - a) Melhor classificação do grau académico mais elevado em cursos no âmbito das ciências da saúde e ciências sociais e do comportamento:
 - i) Doutoramento – 200 pontos
 - ii) Mestrado – 6 x nota final do mestrado
 - iii) Licenciatura – 4 x nota final da licenciaturaou
 - b) Melhor classificação do grau académico mais elevado em cursos fora do âmbito das ciências da saúde e afins:
 - i) Doutoramento – 50 pontos

- ii) Mestrado – 2 x nota final do mestrado
 - iii) Licenciatura – Nota final da licenciatura
- CG = máximo da classificação obtida nas alíneas anteriores.
- b) Currículo académico e científico (CAC)
 - c) Currículo profissional (CP)
 - d) Entrevista opcional, nos casos em que o júri entenda necessário.

Aos candidatos titulares de equivalência ao grau de licenciado que haja sido atribuída sem classificação, bem como aos titulares de reconhecimento do grau de licenciado, será atribuída para efeitos de seriação a classificação de 10 (dez) valores. Os candidatos devem demonstrar competências orais e escritas na língua inglesa.

Os candidatos admitidos a concurso serão ordenados, numa escala de 0 a 20 valores, arredondado às centésimas, tendo em consideração a classificação obtida pela aplicação da seguinte fórmula:

$$CF=0,3 (CG/10) + 0,4 CAC + 0,3 CP$$

Em que:

CAC - representa a classificação atribuída na escala de 0 a 20 valores, ao currículo académico e científico

CP – representa a classificação atribuída na escala de 0 a 20 valores, ao currículo profissional

5. As candidaturas decorrem exclusivamente on-line, devem ser submetidas em <https://inforestudante.ipc.pt/>, acompanhado da digitalização (formato pdf) dos seguintes documentos:
- a) Cartão de Cidadão ou Bilhete de Identidade e Número de Identificação Fiscal ou Passaporte (terá de escrever no documento que a entrega apenas se destina para confirmação de informação na ESTeSC, caso não pretenda anexar a informação deverá entrar em contacto com os serviços académicos da ESTeSC);
 - b) Documento comprovativo de habilitação de curso superior, com informação da classificação final [os candidatos provenientes dos cursos da ESTeSC ficam dispensados de entregar os documentos certificativos (emitido pelos serviços académicos da ESTeSC), devendo para o efeito anexar no respetivo item declaração, devidamente assinada em como cumprem os requisitos necessários à candidatura];
 - c) *Curriculum vitae* de acordo com o modelo europass, e respetivos comprovativos;
 - d) Outros documentos relevantes para o processo de candidatura.

No final do processo o candidato deverá imprimir/visualizar o pagamento dos emolumentos associados à sua candidatura e o comprovativo da sua candidatura. A candidatura só será válida após o pagamento da taxa de candidatura até ao ultimo dia de candidatura.

6. Os prazos são os seguintes:

- Candidatura: até 12 de setembro de 2022;
- Afixação da lista de admissão e provisória seriada de colocação: 19 de setembro de 2022;
- Reclamações: até 20 de setembro de 2022
- Decisão sobre reclamações/lista final seriada de colocação: 26 de setembro de 2022;
- Matrícula e inscrição (exclusivamente on-line): de 28 e 29 de setembro de 2022.

No caso de não serem preenchidas todas as vagas na primeira fase do concurso, poderá realizar-se uma segunda fase de candidaturas mediante autorização do Presidente da ESTeSC com calendário a divulgar.

7. Os candidatos colocados devem proceder à matrícula e inscrição (exclusivamente on-line) em <https://infoestudante.ipc.pt/>, no prazo estabelecido no presente e Edital.

Em caso de desistência expressa da matrícula e inscrição, ou de não comparência para realização da mesma, a ESTeSC convoca, no prazo de 5 dias após o termo do período de matrícula e inscrição, os candidatos constantes da lista seriada, pela ordem aí indicada. Estes têm prazo improrrogável de 5 dias, após a receção da notificação, para procederem à matrícula e inscrição.

A anulação da matrícula/inscrição implica o pagamento da propina na íntegra.

8. Fixa-se em 50 o número de vagas colocadas a concurso.

9. A Pós-graduação funcionará com um número mínimo de 15 alunos. Em caso de não existir um número mínimo de alunos para a abertura da Pós-Graduação são devolvidos os emolumentos e propinas a todos os alunos que efetivarem a sua matrícula/inscrição.

10. O curso de Pós-graduação tem início previsto a 03 de outubro de 2022 e fim previsto junho de 2023, duração de 2 semestres, as aulas serão ministradas, às segundas e terças-feiras das 16h00 às 22h00, à distância e/ou em blended-learning em regime misto (laboral e pós-laboral). De acordo com o Cronograma Escolar a definir pelo Presidente da ESTeSC, que será aprovado e divulgado, antes do início das aulas.

11. São devidos os seguintes emolumentos e propinas:
 - Taxa de candidatura: 75 €
 - Taxa de matrícula: 75 €
 - Propina: 1.500,00 € (Pagamento em 10 prestações, no valor de 150,00€.)

12. A frequência das unidades curriculares é obrigatória, estando sujeita a um limite de faltas que não pode exceder os 10% das horas definidas para a unidade curricular. O estudante que ultrapasse o limite de faltas não poderá ser sujeito a avaliação da unidade curricular.
A avaliação de conhecimentos nas unidades curriculares tem carácter individual e será efetuada de acordo com as regras comunicadas ao estudante, pelos docentes, na primeira aula da unidade curricular.
Considera-se aprovado numa unidade curricular o estudante que, tendo sido admitido a avaliação, tenha obtido nota final igual ou superior a dez valores.

13. A classificação final do curso é a média aritmética ponderada, calculada até às centésimas e arredondada às unidades (considerando-se como unidade a fração não inferior a 50 centésimas) das classificações obtidas nas UC que integram o respetivo plano de estudos.

14. A atribuição de um Diploma de Pós-Graduação em Estilos de Vida, Literacia para a Saúde & Sustentabilidade será concretizada pela Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra, do Instituto Politécnico de Coimbra, mediante a aprovação a todas as unidades curriculares do curso, com menção da classificação final obtida.

15. A não conclusão de unidade(s) curricular(es) confere um certificado curricular, discriminado, com a aprovação da(s) unidade(s) curricular(es) que o estudante frequentou e concluiu com sucesso.

16. Júri:

Presidente: Luís Ângelo Saboga Nunes (Coordenador do Curso)

Vogal: Ana Paula Monteiro Amaral (Coordenador do Curso)

Vogal: Helder Jose da Silva Simões

17. As dúvidas de interpretação e os casos omissos serão decididos pelo Presidente da ESTeSC, ouvida a Coordenação do Curso.

Coimbra, 17 de maio de 2022

O Vice-Presidente da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra

Anexo I

Plano de estudos e conteúdos programáticos, com indicação da duração do curso, horas totais e horas de contacto, respetivos créditos ECTS e Áreas Científicas

Áreas Científicas: Ciências da Saúde e Ciências Sociais (CSau/CS); Ciência da Saúde (CSau); Ciências Sociais (CS); e Ciências da Educação (CE).

Unidades Curriculares	Tipo	Horas Contacto	Horas trabalho totais	ECTS	Área Científica
Healthy Lifestyles Chair Academy Society, Health and Lifestyles: from Theory to Practice	1º Semestre	15	249	10	CSau/CS
Health Promotion, Health Paradigms and Salutogenesis	1º Semestre	25	85	4	CSau
Health Literacy and Capacity Building	1º Semestre	20	117	5	CS
Healthy Public Policies & Health Policies	1º Semestre	30	80	4	CS
Evidence & Ethics to Support Decision Making & Public Health in context of Life Styles	1º Semestre	15	60	3	CSau
Innovation and Health Product Development	1º Semestre	20	148	4	CS
Health Promoting Settings	2º Semestre	15	150	5	CSau
Health Education and Culture	2º Semestre	15	150	4	CE
Mental health and healthy lifestyles	2º Semestre	20	170	5	CSau
Tobacco use, its Prevention and Cessation	2º Semestre	25	160	5	CSau
Sexuality, Health, Culture and Media	2º Semestre	15	140	4	CSau
Biodiversity & Sustainable Food Security	2º Semestre	20	110	4	CSau
Healthy I-learning	2º Semestre	15	110	3	CE
TOTAL		250	1729	60	

Tabela 1 – Plano de estudos da Pós-Graduação em Estilos de Vida, Literacia para a Saúde & Sustentabilidade

Conteúdos programáticos

Healthy Lifestyles and Health Literacy Chair Academy: from theory to practice

"Lifestyle and health" (HLS) concepts and theoretical development (e.g. from pathogenesis to salutogenesis)

Integration of comprehensive approaches for HLS (e.g. "renasceres®");

Environment, sustainability, causal and contributory factors: (e.g. Resilience and health determinants; Exercise and physical activity; Nutrition; Water profile and hydration; Sun and vitamin D; Confidence; Equilibrium/Balance Chronobiology; Rest; Empowerment and health literacy; Susceptibility, the Sense of Coherence and General Resources of Resistance

Community health and HLS: Lifestyle interventions adapted to the life course

Social geography and epidemiological distribution of lifestyles trends

Health Promotion, Health Paradigms and Salutogenesis

Health promotion values, principles and strategies.

Health promotion conceptualization and epistemology (e.g. the pathogenic and the salutogenic perspectives)

Theories, models and strategies for health promotion, health education and health literacy (e.g. the sense of coherence)

Complexity and health behaviour: the individual, the community, the milieu, the setting and conscientização

Capacity building, needs assessment, governance, negotiation, advocacy & participatory planning

Health Literacy and capacity building

"Health literacy" (HL) concept evolution, framework, social geography and epidemiological distribution of HL trends

Explanatory models for the origin and maintenance of health (eg socio-ecological model) and integration of comprehensive approaches for HL (e.g. "HLS-EU")

HL, resilience and health determinants (e.g. health policy, advocacy, support environments, personalized & tailored information, health systems and decision support) HL, social learning, health self-management and health communication in chronic conditions

Empowerment and capacity building for HL decision sharing: Salutogenesis, Sense of Coherence, General Resistance Resources and implementation of HL

Healthy Public Policies & Health Policies

Public Health Policies (PPS): stewardship or provision (e.g. the agenda, environment, governance processes and results)

PPS Implementation: evolution of health care and of primary health care systems - The PPS foundations in context

Models and statements of WHO in PPS: political argument, healthy lifestyles and health promotion

PPS formulation and decision-making: concepts, practices, goals, performance, processes, theoretical models in the health field for PPS

Development and knowledge translation into health decision

Evidence & Ethics to Support Decision Making in Public Health in context of Life Styles

The importance of high quality evidence to support decision making in health

How to localize and critical appraise relevant public health, healthy lifestyles, health literacy studies

The design of a personal information system

Values, ethics, bioethics, professional codes conceptualization: from tradition to technocracy

Research ethics, business ethics, bioethical challenges in healthcare systems and social responsibility

Ethics of disease prevention, of infectious disease control and of health promotion (e.g. : STDs, smoking cessation prevention)

Environmental and occupational health and public health genetics ethics

Health system reform: resources management, access and priority setting

Innovation and health product development (ING)

Concept of innovation (Marketing & Communication in health)

Innovation process and stages

Innovation planning

Organizational characteristics

Consumer behaviour and neuroscience

Health Promoting Settings

Introduction to health promotion settings conducive to healthy lifestyles

Types of health promotion settings and increment of health literacy for healthy choices

Determinants of health and wellbeing in a setting

Health in All Policies (HiAP)

Political determinants of health and wellbeing and healthy public policy

Policy process, public health advocacy, media advocacy and stakeholders role.

Study cases: (e.g. RIUPS, RACS, RETS, EcoSchools, Patient & medication safety)

Health Education and culture

The Basics of Education, Personal Health and Gender Specific perspectives

Community Health, Community Environmental Health Initiatives

Mental and Emotional Health: Hormones and Neurotransmitters;

Conceptual Approaches to Cross-Cultural Education: Awareness/Sensitivity Approach

Primary focus on provider attitudes awareness of impact of sociocultural factors on individual patients' health values, beliefs, behaviors, and ultimately quality of care and outcomes

Exploration and reflection on culture (e.g. racism, classism, sexism) Patient culture and impact on clinical decision

Mental health and healthy lifestyles

What does it get to have mental health?

Mental and emotional impact of life stress

Healthy sleep and mental health

Personality, differences in stress processing and mental health The role of personality traits (altruism, confidence, conscientiousness, openness to experience, agreeableness, neuroticism, perfectionism) in lifestyles choices and in mental health

Stress management and healthy lifestyles: impact on mental health

Tobacco use, its Prevention and Cessation

Tobacco prevention; epidemiology; social representations; health policy and legislation; Tobacco components and neurobiology; pathologies and detoxification processes (renasceres® method);

Smoking cessation as a public health strategy and structured interventions; paradigms for action (pathogenic and salutogenic paradigms) and theories of human behavior

Smoking habits, cultural change, best practices, education, learning and capacity building for health, evidence base and clinical standards as criteria of quality assurance (pharmacotherapy and other therapies); Lifestyle and fundamental rights of citizens and health literacy increment;

Relapse prevention: social network support and intervention strategies: i) comprehensibility, ii) manageability and iii) meaningfulness; www.parar.net community of practice & skills development

Sexuality, Health, Culture and Media

Sexuality, Health and Human Rights

Expressions of Sexuality

Sexuality, Society and Culture

Sexuality, Health, Gender and Media

Sexuality, Health and Education

Biodiversity & Sustainable Food Security

Sustainable food systems – a health perspective

Organic Agriculture: a sustainable food system

Nutrition for health: sustainable diets

Education for food sustainability in schools

Nutrition for health - Mediterranean stylish or gourmet fast-food

Education on reduce, reuse and recycle of food waste

Health-y Learning

Strategies and technologies for Learning in the new modus operandi of pedagogical innovation and social change.

Historical, current, and predictive views of active learning in the context of Healthy Life Styles

Curriculum planning that enhances structured and unstructured healthy learning environments and activities.

Identification of new opportunities and implement effective strategies based on insights that can provide advantage and long-term stability in learning on Healthy Life Styles: active student-centered practices.

Common functions of pedagogical intelligence technologies: reporting, analytical processing, pedagogical dashboard development, predictive and prescriptive tutorial analytics and student assessment.