



ANO LETIVO – 2019/2020

TÉCNICO SUPERIOR PROFISSIONAL EM GERONTOLOGIA E CUIDADOS DE LONGA DURAÇÃO

DESCRITOR DA UNIDADE CURRICULAR: PROMOÇÃO DO BEM ESTAR E QUALIDADE DE VIDA

Ciclo de Formação: 1º	Ano: 1º	Semestre: 1º	Área (CNAEF): 762	ECTS: 5
---------------------------------	-------------------	------------------------	-----------------------------	-------------------

Horas de Trabalho do Estudante

Horas Totais:	Contacto:							
	Teórico	Teórico/Prática	Prática Laboratorial	Trabalho de Campo	Seminário	EC/Estágio	Orientação Tutorial	Outras
135	12	48						75

Objetivos da unidade curricular e competências a desenvolver:

- Ser capaz de definir os conceitos de bem-estar e de qualidade de vida;
- Compreender as diferentes dimensões da qualidade de vida e a sua integração ao longo de ciclo de vida do indivíduo;
- Compreender o conceito de qualidade de vida em situações limite;
- Reconhecer a importância da avaliação e intervenção baseada na perceção de qualidade de vida do indivíduo;
- Conhecer os instrumentos de avaliação da qualidade de vida, adotados pela Organização Mundial de Saúde.

Objectives of the curricular unit and competences to be developed:

- Be able to define the concepts of well-being and quality of life;
- Understand the different dimensions of QOL and their integration throughout the individual's life cycle;
- Understand the concept of QOL in limit situations;
- Recognize the importance of evaluation and intervention based on the individual's QoL;
- To know the instrument of evaluation of QoL, adopted by the World Health Organization.

Conteúdo programático descritivo:

1. Qualidade de Vida e Bem-Estar
 - 1.1. Definição e operacionalização dos conceitos
 - 1.2. Determinantes pessoais, comportamentais, socioeconómicos, ambientais e relacionados com a saúde
 - 1.3. Envelhecimento ativo e qualidade de vida
2. Qualidade de Vida e Saúde
 - 2.1. Saúde *versus* Doença
 - 2.2. Qualidade (de vida) em situações-limite
 - 2.3. Promoção do envelhecimento ativo e qualidade de vida
 - 2.3.1. Foco na intervenção holística
 - 2.3.2. O papel dos profissionais
 - 2.3.3. Instrumentos de avaliação da Qualidade de vida

Descriptive syllabus:

1. Quality of Life and Well-Being
 - 1.1. Definition and operationalization of the concepts
 - 1.2. Personal, behavioral, socioeconomic, environmental and health-related determinants.
 - 1.3. Active ageing and quality of life
2. Quality of Life and Health
 - 2.1. Health *versus* Disease
 - 2.2. Quality (life) in limit situations
 - 2.3. Promoting active aging and quality of life



ANO LETIVO – 2019/2020

TÉCNICO SUPERIOR PROFISSIONAL EM GERONTOLOGIA E CUIDADOS DE LONGA DURAÇÃO

DESCRITOR DA UNIDADE CURRICULAR: PROMOÇÃO DO BEM ESTAR E QUALIDADE DE VIDA

- 2.3.1. Focus on holistic intervention
- 2.3.2. The role of professionals
- 2.3.3. Quality of life assessment instruments

Bibliografia principal/Principal Bibliography:

Segundo a norma americana APA – American Psychological Association (<http://www.apastyle.org>)

- Brannon, L., & Feist, J. (2001). *Psicología de la Salud*. Madrid: Thomson Learning.
- Buss, P. M. (2000). Promoção da saúde e qualidade de vida. *Ciência & Saúde Coletiva*, 5 (1), 163-177.
- Canavarro, M., & Vaz Serra, A. (2010). Qualidade de vida e saúde: Uma abordagem na perspectiva da Organização Mundial de Saúde. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Canavarro, M. C., Pereira, M., Moreira, H., & Paredes, T. (2010). Qualidade de vida e saúde: aplicações do WHOQOL. *Alicerces*, 3 (3), 243-268.
- Fleck, M. A. (2006). O projecto WHOQOL: desenvolvimentos e aplicações. *Psiquiatria Clínica*, 27 (1), 5-13.
- McQueen, D., & Jones, C. (2007). *Global perspectives on health promotion effectiveness*. New York: Springer.
- Ribeiro, J. L. P. (2005). *Introdução à Psicologia da Saúde*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Walker, A. & Hennessy, C. H. (2004). *Growing older. Quality of life in old age*. New York: Open University Press.
- World's Health Organization (WHO). (1997). *Measuring quality of life*.