

Caraterização da Unidade Curricular / Characterisation of the Curricular Unit

Designação da Unidade Curricular / Curricular Unit:	[708548114] Promoção e Prevenção em Saúde Mental		
Plano / Plan:	PLANO - CMESMP - a partir 2023/2024		
Curso / Course:	Mestrado em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica		
Grau / Diploma:	Mestre		
Departamento / Department:	ENFERMAGEM		
Unidade Orgânica / Organic Unit:	ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE DE VISEU		
Área Científica / Scientific Area:	Enfermagem		
Ano Curricular / Curricular Year:	1		
Período / Term:	S1		
ECTS:	5		
Horas de Trabalho / Work Hours:	0125:00		
Horas de Contacto/Contact Hours:			
(T) Teóricas/Theoretical:	0030:00	(TC) Trabalho de Campo/Fieldwork:	0000:00
(TP) Teórico-Práticas/Theoretical-Practical:	0020:00	(OT) Orientação Tutorial/Tutorial Orientation:	0000:00
(P) Práticas/Practical:	0000:00	(E) Estágio/Internship:	0000:00
(PL) Práticas Laboratoriais/Practical Labs:	0000:00	(O) Outras/Others:	0000:00
(S) Seminário/Seminar:	0000:00		

Docente Responsável / Responsible Teaching

[5023] Amadeu Matos Gonçalves

Outros Docentes / Other Teaching

[602301] Sónia Patrícia Teixeira da Silva Alves

Objetivos de Aprendizagem

Utilizar o conhecimento reflexivo sobre Saúde Mental

Integrar o pensamento crítico sobre Políticas e Projetos de Saúde Mental

Reconhecer a importância da proteção, promoção e influência dos diferentes contextos de vida, ao longo do ciclo vital, na saúde mental dos indivíduos, grupos e comunidades

Reconhecer a importância do diagnóstico de Saúde Mental: individual, grupal, familiar e comunitário.

Learning Outcomes of the Curricular Unit

To use reflexive knowledge on Mental Health

To integrate critical thinking on Mental Health Policies and Projects

To recognise the importance of protection, promotion and of the influence of different life settings on the mental health of individuals, groups and communities

To recognise the importance of individual, group, family and community Mental Health diagnosis.

Conteudos Programáticos

Conceitos de promoção e prevenção da doença mental e intervenção precoce;

Determinantes estruturais de saúde mental;

Política global de saúde mental e Comunidades mentalmente saudáveis;

Fatores relacionados com a idade e com os ?settings?;

Fatores de proteção e de promoção da saúde mental;

Fatores predisponentes, precipitantes e sinais precoces de problemas de saúde mental;

Medidas de prevenção da perturbação mental e proteção da saúde mental nos grupos vulneráveis;

Problemas mentais dos pais e perturbações mentais das crianças;

Programas de sensibilização e redução de riscos;

Comorbilidade e efeito dos comportamentos aditivos sobre a saúde;

Saúde mental em situação de catástrofe;

Modelos de avaliação participada de base comunitária;

Orientações técnicas e políticas relativas as pessoas, grupos e comunidades vulneráveis;

Estratégias de empoderamento da pessoa, família e grupos em risco;

Estratégias e metodologias de Treino na educação do indivíduo e comunidades .

Syllabus

Concepts of promotion and prevention of mental illness and early intervention;

Structural determinants of mental health;

Global mental health policy and Mentally Healthy Communities;

Factors related to age and ?settings?;

Factors that protect and promote mental health;

Predisposing, precipitating factors and early signs of mental health problems;

Measures to prevent mental disorders and protect mental health in vulnerable groups;

Mental problems of parents and mental disorders of children;

Awareness and risk reduction programs;

Comorbidity and effect of addictive behaviors on health;

Mental health in a catastrophe situation;

Community-based participatory evaluation models;

Technical and political guidance relating to vulnerable people, groups and communities;

Strategies for empowering individuals, families and groups at risk;

Training strategies and methodologies in the education of individuals and communities.

Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular

Os conteúdos organizam-se de forma articulada e coerente com os objetivos definidos. O 1º capítulo aborda a Saúde Mental com conhecimento reflexivo. Os 2º e 3º capítulos versam as Políticas, Projetos e Plano Nacional de Saúde Mental. As temáticas relacionadas com a proteção e promoção da Saúde Mental nos diferentes contextos de vida e Promoção da Saúde Mental ao longo do ciclo vital, situam-se no 4º e 5º capítulos, pressupondo necessidades diferentes a nível psicológico e de relação que permitam reconhecer a importância da proteção, promoção e influência dos diferentes contextos de vida, ao longo do ciclo vital, na saúde mental dos indivíduos, grupos e comunidades.

Pretende-se que os estudantes sejam capazes de Identificar Diagnósticos e Intervenções de Enfermagem na população: Gestão de Emoções, Intervenção na Crise, Técnicas de Empowerment, Relaxamento, Pedagógicas e de Reabilitação Psicossocial.

Demonstration of the syllabus coherence with the curricular units' learning objectives

Contents are organised in an articulate and coherent way and in complete accordance with the objectives set for the CU. The 1st chapter deals with Mental Health issues leading the student to use reflexive knowledge. The contents of the 2nd and 3rd chapters deal with Policies, Projects and National Mental Health Plan. The topics related to protection and promotion of Mental Health in different life settings and to the Promotion of lifelong Mental Health are addressed in the 4th and 5th chapter. These topics encompass different psychological and relational elements and the student has to be able to recognise the importance of the protection, promotion and influence of different life settings on the lifelong mental health of individuals, groups and communities.

Students should have the suitable knowledge to Identify Diagnosis and Nursing Interventions in the population: Emotion Management, Response to Crisis, Empowerment Techniques, Relaxation, Pedagogical and Psychosocial Rehabilitation

Metodologias de Ensino (Avaliação incluída)

Os conteúdos são lecionados com base numa abordagem teórica e teórico-empírica, construindo um quadro de referência de base, com recurso à metodologia expositiva e dinâmicas de grupo, com análise de artigos de investigação, debates temáticos e análise de legislação.

A componente autónoma será desenvolvida através de pesquisa bibliográfica e leituras complementares como suporte à realização de exercícios práticos que potenciem a integração dos conceitos.

O processo de avaliação inclui um momento de avaliação individual (frequência) e avaliação do trabalho de grupo sujeito a

apresentação/discussão em sala de aula. A cotação da frequência nunca será inferior a 80% e a cotação das outras formas de avaliação nunca será superior a 20%. A avaliação da unidade curricular resultará do somatório da nota da frequência com a valoração do trabalho de grupo. A aprovação global à unidade curricular pressupõe que o estudante tenha obtido uma classificação 10 valores.

Teaching Methodologies (Including evaluation)

The contents are taught following a theoretical and empirical approach, by building a basic reference framework, and using an expository method of teaching and group dynamics. The analysis of research articles and legislative documents, and thematic debates will be used on a regular basis.

The autonomous component will be developed through bibliographical research and complementary readings to support practical exercises that enhance the integration of concepts.

The assessment process includes a moment of individual assessment (test) and the assessment of the group work that will have to be presented/discussed in the classroom. The grading scale of the test will have to be $\geq 80\%$ and the grading scale designed for the other assessment forms will represent no more than 20%. The assessment of the curricular unit is the sum of the grade obtained by the student and the result obtained in the group work. In order to be approved, the student's final grade has to be 10.

Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular

Os objetivos propostos visam dotar os estudantes de conhecimento reflexivo sobre Saúde Mental; Políticas e Projetos de Saúde Mental a nível regional e Nacional, o Plano Nacional de Saúde Mental, Importância da proteção, promoção e influência dos diferentes contextos de vida, na saúde mental dos indivíduos, grupos e comunidades.

Pretende-se também que desenvolvam competências relacionadas com a importância do diagnóstico de Saúde Mental: individual, grupal, familiar e comunitário, Identificação de Intervenções de Enfermagem a nível individual, grupal, familiar e comunitário: Gestão de Emoções, Intervenção na Crise, Técnicas de Empowerment, Relaxamento, Psicoeducativas e de Reabilitação Psicossocial.

Nessa perspetiva as metodologias de ensino propostas facilitam o desenvolvimento de competências de autoconhecimento, desenvolvimento pessoal e profissional que lhe permitam a assistência á pessoa ao longo do ciclo de vida, família, grupos e comunidade na otimização da saúde mental, mobilizando dinâmicas de âmbito psicoterapêutico, socioterapêutico, psicossocial e psicoeducacional .

Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes

The objectives initially set aim to provide students with reflective knowledge on Mental Health: Evolution and New Perspectives, Mental Health Policies and Projects at regional and national levels, on the National Mental Health Plan, the importance of protection, promotion and of the influence of different life settings on the mental health of individuals, groups and communities.

Students are also expected to develop skills related to the importance of Mental Health diagnosis: individual, group, family and community, of the Identification of Nursing Interventions at individual, group, family and community levels: Emotion Management, Response to Crisis, Empowerment Techniques, Relaxation, Pedagogical and Psychosocial Rehabilitation

That way, the teaching methodologies are meant to facilitate the development of self-knowledge skills and the development of personal and professional competencies that will make the students able to provide lifelong health care to a person, to families, groups or to the community and will make them capable of improving Mental Health using psychotherapeutic, sociotherapeutic, psychosocial and psycho-educational dynamics.

Bibliografia / Bibliography

Cruz, C., et al.. (2016). Comportamentos hostis em adolescentes: Intervenção educativa dos professores. INFAD Revista de Psicología, 1(2), 403-411.

Cruz, C., Nelas, P., Chaves, C., Almeida, M., & Costa, S. (2016). O suporte social dos estudantes do ensino superior. INFAD Revista de Psicología, 2(1), 81-88.

Gonçalves, A. M., Cabral, L. R., Ferreira, M. C., Martins, M. C., & Duarte, J. C. (2017). Negative life events and resilience in higher education students. EJSBS, 19(2), 2381-2392.

Gonçalves, A; Cabral, L; Cruz, C; Chaves, C; Sequeira, C; Rodrigues, J . (2021). Literacia em saúde mental positiva nos enfermeiros de cuidados de Saúde primários. International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología, Nº1 - Volumen 1, 2021. ISSN: 0214-9877. pp:71-84

Cabral, L., et al.. (2016). A situação de crise em Portugal e a saúde mental dos profissionais de saúde. RPESM, Especial 3, 57-62.