

PROGRAMA CIENTÍFICO



ABERTURA DO SECRETARIADO: 08h00 - 08h30

Cecília Trindade, Gabriela Oliveira, Joaquim Jesus, Olga Oliveira

SESSÃO DE ABERTURA: 08h30 - 09h00

Dr.^a Madalena Cubal, Médica de Família e Coordenadora da USF Calâmbrega

Dr. Paulo Diz, Diretor Executivo do ACeS Aveiro Norte

Dr. José Pinheiro, Presidente da Câmara Municipal de Vale de Cambra

MESA 1 - CUIDAR DO CORPO: 09h00 - 09h45

Moderação: Dr.^a Ana Rodrigues (Médica de Família)

09h00: Alimentação Saudável

Nutricionista, ACeS Aveiro Norte

09h15: Prática Saudável de Exercício Físico

Prof. Bruno Melo, Professor de Educação Física

09h30: Higiene e Hábitos Preventivos na Saúde Oral

Médica Dentista, ACeS Aveiro Norte)

MESA 2 - CUIDADOS PREVENTIVOS: 09h45 -

10h30

Moderação: Dr. Carlos Moura (Médico de Família na USF Calâmbrega)

09h45: Vacinação na Idade Adulta

Enf. Paula Pedro (Enfermeira de Família na USF Calâmbrega)

10h00: Rastreamentos na Idade Adulta

Dr.^a Maria Santos e Dr.^a Olga Ferreira, Médicas Internas de Formação Específica em MGF na USF Calâmbrega

COFFEE BREAK + VISITA AOS POSTERS:

10h30 - 11h00

MESA 3 - CUIDAR DA MENTE: 11h00 - 11h45

Moderação: Médico Psiquiatra, Centro Hospitalar Entre Douro e Vouga

11h00: Higiene do Sono: Aprender a Dormir Melhor

Dr.^a Maria do Rosário Basto, Médica Interna de Formação Específica em Psiquiatria, Centro Hospitalar Vila Nova de Gaia - Espinho

11h15: Gestão de Stress e Promoção da Saúde Mental

Psicóloga Clínica, ACeS Aveiro Norte

MESA 4 - BEM-ESTAR SOCIAL: 11h45 - 12h15

Moderação: Dr. David Loureiro, Coordenador da Unidade de Recursos Assistenciais Partilhados, ACeS Aveiro Norte

11h45: Recursos da Comunidade em Vale de Cambra

Dr.^a Paula Ferreira, Chefe de divisão de Ação Social do Município de Vale de Cambra

12h00: Apoios Sociais

Dr.^a Sofia Ferreira, Assistente Social, ACeS Aveiro Norte

APRESENTAÇÃO DOS 3 MELHORES POSTERS:

12h15 - 12h45

SESSÃO DE ENCERRAMENTO: 12h45 - 13h00

Dr.^a Madalena Cubal, Médica de Família e Coordenadora da USF Calâmbrega