



JORNADAS da USF  
ANDREAS

## *Toca a mexer para bem viver*

Atividade Física nos CSP



## IV Jornadas da USF ANDREAS

Sala da Assembleia Municipal, sita na Loja de Cidadão de Mafra

26 de maio de 2023

# Programa Científico

- 09:00  Abertura do Secretariado
- 09:15  Promoção da atividade Física nos CSP
- Programa Nacional para a promoção da Atividade Física**
- Preletor: **Prof. Dr. Bruno Avelar Rosa** - Membro da Equipa do PNPAF e Coordenador em Portugal da Joint Action EUPAP
- 09:40  **Quando? Como? E porquê?**
- Preletor: **Dra. Sara Gamboa Madeira** - Médica Especialista em Medicina Geral e Familiar na UCSP Azeitão
- 10:00  **Abordagem Motivacional**
- Preletor: **Dra. Susana Miranda** - Psicóloga Clínica na CUF Torres Vedras
- Moderador: **Dra. Diana Correia** - Coordenadora da Unidade de Saúde Pública do ACES Oeste Sul
- 10:30  **Coffee Break**
- 11:00  Promoção da Atividade Física na Comunidade
- The Daily Mile**
- Preletor: **Prof. Ana Capelas** - Agrupamento de Escolas de Mafra
- 11:20  **Movimento é Vida**
- Preletor: **Dra. Edite Carmo** - Técnica Superior de Desporto e Coordenadora do Projeto Movimento é Vida
- 11:40  **Academia da Mobilidade**
- Preletor: **Enf. Fátima Baião** - Coordenadora da UCC - ACES Oeste Sul e **Enf. Nuno Miguel Lopes Ferraz**, UCC Mafra, especialista em Reabilitação e Mestre em Gestão da Saúde
- Moderador: **Enf. Carla Silva** - Enfermeira Gestora

# Programa Científico

- 12:00  **Cuidados de Saúde Primários e Exercício Físico - da teoria à prática - Atividades implementadas ou em desenvolvimento** - comunicações orais  
Moderador: **Dr. Nelson Milagre** - Médico Especialista em Medicina Geral e Familiar na USF OURICEIRA, Coordenador do Internato Médico de Medicina Geral e Familiar do ACES Oeste Sul
- 12:30  Sessão de Abertura
- 13:00  Almoço
- 14:30  Abordagem na Atividade Física  
**No Idoso**  
Preletor: Fisioterapeuta **Ângela Mesquita** e Terapeuta Ocupacional **Filipa Martins**
- 14:50  **Na Diabetes**  
Preletor: **Dr. David Veríssimo** - Interno de Endocrinologia no Hospital das Forças Armadas, Polo de Lisboa
- 15:10  Pausa Ativa
- 15:20  **Na Grávida**  
Preletor: **Dra. Alexandra Coelho** - Especialista em Ginecologia e Obstetrícia - Maternidade Dr. Alfredo da Costa - CH | Lisboa Central
- 15:40  **Na Infância / Adolescência**  
Preletor - **Dr. Hugo Faria** - Coordenador da Pediatria do Hospital CUF de Torres Vedras e Coordenador do Centro da Criança e do Adolescente do Hospital CUF Descobertas  
Moderador: **Dr. João Nunes e Silva** - Especialista de Endocrinologia no Hospital das Forças Armadas, Polo de Lisboa
- 16:00  Atribuição de Prémios
- 16:30  Sessão de Encerramento



JORNADAS da USF  
ANDREAS

# Programa Científico

## Comissão Organizadora

Enf. Alice Duarte; Dra. Ana Catarina Pereira; Enf. Ana Cristina Rodrigues; Dra. Bianca Silvestre; Dra. Catarina Pedro; Dra. Catarina Pinhão; Dra. Diana Palma; Enf. Eugénia Coelho; Dr. Gonçalo Pimentel; SC Ivone Pedroso; Dra. Lénia Amaral; Dra. Luísa Rodrigues; Enf. Margarida Pina; Dra. Olga Carneiro; Dr. Pedro Silva; Dr. Rafael Dinis; SC. Rute Santos; Enf. Sara Almeida; Dra. Sara Pinto.

## Júri de Avaliação de Trabalhos Científicos

Enf. Carla Correia; Dr. Gonçalo Pimentel; Dra. Inês Matos; Enf. Olga Seabra; Dra. Paula Malvar; Dra. Tânia O Santos.

Sejam bem-vindos às IV Jornadas da USF ANDREAS! É com um enorme orgulho que vos recebemos nestas Jornadas, este ano com o tema **“Toca a mexer para bem viver - Atividade Física nos CSP”**.

Um agradecimento a todos os palestrantes que integram as sessões científicas destas Jornadas.

