

# X Congresso de Saúde da ESA

30 de abril de 2024

PESSOAS

SAUDÁVEIS



ESCOLA SECUNDÁRIA DE AMORA

LIBERDADE. A QUANTO OBRIGAS.  
PARA TE CONQUISTAR E MANTER!

Auditório e Polivalente

NUM PLANETA

EM LIBERDADE



## Programa

### AUDITÓRIO

8:10 **Receção** aos participantes

8:15-8:40 **Sessão de abertura** Prof. João Godinho (Diretor ESA)

Equipa PPES – **Mensagem aos participantes**

8:40-9:05 Associação de Estudantes – **Discriminação racial nas escolas**

PAUSA

9:15-9:45 Prof. de Educação - Rosalina Sousa e Terapeuta/Coach de Saúde Célia Maria – **Saúde Integrativa-Liberdade para escolher**

9:45-9:50 PCA- **Poema de Abril**

9:50-10:05 12B-Daniel, David, Miguel, Ronny, Sofia - **NEURALINK**

PAUSA

10:20-10:50 Prof. Rui Laureano - **Clima da Terra**

10:50-10:55 PCA- **Poema de Abril**

10:55-11:10 12B-Alexandre, Duarte, Martim – **CRISPR-Cas9**

PAUSA

11:20-11:50 – Prof. António Rodrigues – **O balanço da Agenda 2030 e os atentados à dignidade humana**

11:50-12:10 12B-André, Beatriz, Catarina, Gonçalo Mafalda, Magda- **Doença de Parkinson**

PAUSA

12:20-12:50 Psicóloga Susana Salvador – **Traumáticas da guerra**

12:50-12:55 PCA- **Poema de Abril**

12:55-13:10 12B-Afonso, Bruno, Manuel - **OGM**

### Pausa para almoço

14:20-15:00 Equipa Apoio à Víctima-Assistente Social - João Silva, Chefe Basílio da PSP, Técnica da CRIART Daniela Carvas - **Violência Doméstica**

15:00-15:10 PCA- **Poema de Abril**

PAUSA

15:25-15:55 3TAE, Prof. Carla Pereira e intérpretes Sara Silva e Isa Carvalho e Prof. Paula Rodrigues– **Projeto LGP**

15:55-16:00 PCA- **Poema de Abril**

16:05-16:15 12B, C, D, E – **Saúde em vídeo** sob a orientação da Prof. Margarida Afonso

PAUSA

16:25-16:55 Enf. Daniela Caridade **Saúde Mental: Desafios para os adolescentes no século XXI**

16:55-17:05 PCA- **Poema de Abril**

17:05-17:15 Equipa PPES – **Mensagem aos participantes**

PAUSA

17:15 - **BANDA da ESA** com o Prof. Luís Félix e os alunos exESA João Figueiras, Erica, 11A Mafalda, 9C Riquelme, 9D Laura e 8B Lara e a colaboração do PCA- Prof. Rosa Botequilha e do grupo de TEATRO da ESA e alunos do 7A, 10E, 10G e ATE

### Pausa para jantar

19:15-20:00 **recepção ao noturno** pela Prof. Margarida Campos

1 AS, 2ESA - **Exposição, Medição da tensão arterial e da glicemia**- Prof. Ana Paula Guia e Prof. Miguel Rodrigues - **Nutrição/Exercício/Hidratação**

20:00-21:00 **Campus Gym** - Prof. Margarida Campos e Nutricionista Rita Pepe Pereira – **Dietas Restritivas Dietas Saudáveis**

21:00 **Zumba** Guardiã da Saúde 2TGPSI – Eduardo Barbosa e Prof. Elsa Gomes com a participação do 1 AS e 2ESA

1 AS e 2ESA -Mostra e degustação de **Batidos Saudáveis**

1 AS e 2ESA -Mostra e degustação de **Batidos Saudáveis**

**E ainda...no espaço exterior – junto ao Polivalente**

2TAE-Juceila, 2TAS-Nadia; 2TG-Letícia, Nayma, 1TG-AnaCristina; 1TT-Isabel; 12D-Lara; 9D-Blessing; **Dança pela Liberdade** com as Prof. Isabel Albuquerque e Prof. Kezia Sales; Prof. Fernando Cabral e seus colaboradores do **Ginásio Trevo – demonstrações de Kickboxing entre outras**

**nos pavilhões da ESA...**

Enf. Inês Duarte/Enf. Susana Santos- **De mão dada com a prevenção** ; Prof. M.ª José Monteiro - **reciclagem**; Assistente Social João Silva **Tráfico de seres humanos**;

exESA Tiago Fidalgo - **Sustentabilidade Ambiental; Associação de Estudantes Emoções e aditivos 2TC/2TG –Organização e distribuição de blocos e canetas** da Porto Editora aos participantes orientados pela prof. Elsa Gomes; 3TAS Ana Gomes – **Doenças Autoimunes** 3TAS– Elyane Neto, Telma Gomes– **Tuberculose** 3TAS – Awilma - **Doenças Tropicais** 3TAS Emily— **Fisioterapia**; 3TAS – Inazalda - **Dislexia orientados** pelo Prof. José Maia e Prof. Valquíria;

**no Polivalente da ESA...**

2TAS **Saúde no Espaço** orientados pelo Prof. Edgar Antunes, 1TAS **Medições, IMC e Saúde** orientados pela Prof. Inês Mirra; 9C -Luana e Joana Martins **SBV** orientados pelo Enf. Márcio Ribeiro (Encarregado de Educação); 1TAE **Fruta para todos** sob a orientação da prof. Sandra Rocha

12B Agatha, João, Joana; Laura e Solange **Cancro do Pâncreas** e pósteres científicos sob a orientação da prof. Celeste Facote Exposição dos trabalhos do 12A sobre o **Cancro** orientados pela prof. Filomena Andrade; 12C—**Radioatividade e Saúde** orientados pelo prof. Paulo Abreu;

**Na Biblioteca Escolar ... 9h15 às 10h05 min** com a ajuda da Prof. Custódia Rebocho, da Prof. Gabriela Dios, “**Contributo da Fisioterapia para a Saúde**” com a Prof. Ana Sequeira da Escola Superior de Saúde de Egas Moniz e a colaboração do 1 TT e dos Prof. Adolfo Torres, Prof. Telma Lopes.

**Na Escola ...**

ESA CIDADANIA, Coordenador Mário Carneiro e Equipa da Comunicação– Prof. Carlos Araújo **ESA TV**-12B,C,D e E - Vídeos sobre **Saúde** sob orientação da Prof. Margarida Afonso e ajuda do Prof. Paulo Fanado, do ECOescolas, do ESAssiste, do PNA e dos Assistentes Operacionais da ESA **Reportagens** da prof. Clarisse Sequeira **Técnico do som e luz** do 2TGPSI Eduardo Barbosa e Nuno Cruz



Projeto de  
Promoção e  
Educação para a  
Saúde

