

Unidade 3

PLANOS DE SESSÃO



3.1 Ser um Intermediário

Resultados de Aprendizagem

Depois de concluir esta unidade de aprendizagem, os formandos devem ter alcançado o seguinte:

CONHECIMENTOS:

Conhecimento básico do conceito de rede e o seu potencial;
Conhecimento básico de intermediação;
Conhecimento fundamental do acesso à informação em saúde;
Conhecimento fundamental de estratégias transformadoras.

APTIDÕES:

Analisar abordagens e vantagens do trabalho em rede e da intermediação para melhorar a literacia em saúde;
Fornecer acesso a informações sobre saúde que promovam atividades de literacia em saúde;
Desenvolver estratégias transformadoras para melhorar o conhecimento e o acesso à saúde.

ATITUDES:

Criar um ambiente de rede recorrendo a estratégias transformadoras;
Assumir e agir como intermediário utilizando estratégias transformadoras.

3.1. Ser um Intermediário

Presencial - 4,5 h

Conteúdo	Duração	Desenvolvimento	Recursos Técnico-Pedagógicos	Métodos e Técnicas
Introdução	10 min	O formador apresenta-se e introduz o conteúdo e os resultados de aprendizagem da unidade <i>3.1. Ser um intermediário</i> para o grupo.	Computador Videoprojetor e tela Diapositivos PPT 1-2	Presencial
3.1.1 Quem é um intermediário: definição	20 min	O formador lidera uma breve discussão em grupo sobre os princípios dos intermediários. Após o debate, o formador usa os diapositivos do PowerPoint para apresentar um intermediário em que consiste a sua formação.	Computador Videoprojetor e tela PPT-3-5 Quadro branco + marcadores para discussão em grupo	Presencial + Discussão em grupo
3.1.2. Comunicação efetiva	30 min	O formador lidera uma discussão sobre o que é difícil de ler e o que dificulta a leitura, define “linguagem simples” e lista os princípios da linguagem simples. O formador apresenta s vídeo do YouTube para obter dicas de comunicação eficazes.	Computador Videoprojetor e tela Vídeo: Bad Enough https://www.youtube.com/watch?v=R3tJ-MXqPmk Quadro branco + marcadores para discussão em grupo	Presencial + Discussão em grupo
3.1.3. Acesso a informações de saúde	45 min	O formador apresenta como aceder a informações de saúde dediferentes formas. O formador lidera uma discussão em grupo sobre os conhecimentos que os formados obtiveram sobre saúde durante os anos escolares.	Computador Videoprojetor e tela PPT - Diapositivos 6-7 Quadro branco + marcadores para discussão em grupo	Presencial
3.1.4. Promoção da literacia em saúde	30 min	O formador apresenta, nos diapositivos do PPT, os caminhos para a promoção da informação em saúde.	Computador Videoprojetor e tela	Presencial

	30 min	<p>Os participantes discutem as atividades de literacia em saúde e como promovê-las.</p> <p><i>3.1 Atividade 1:</i> O formador fornece exemplos de histórias para aumentar a literacia em saúde e permite a partilha de informações por meio de histórias, de forma a ajudar todos os membros do grupo a aprender como cuidar melhor da sua condição específica.</p>	<p>PPT - Diapositivo 8</p> <p>Computador para cada participante ou par Acesso à internet</p> <p>Anexo 1: 3.1 Atividade 1: Contar histórias para aumentar a literacia em saúde</p>	
3.1.5. Divulgação de informações de saúde e segurança	45 min 30 min	<p>O formador usa os diapositivos do PowerPoint para apresentar os organismos que produzem informações confiáveis sobre saúde e como as disseminam.</p> <p><i>3.1 Atividade 2:</i> Cada participante comenta os exemplos mencionados pelo formador.</p>	<p>Computador Videoprojetor e tela</p> <p>PPT - Diapositivos 9</p> <p>Anexo 1: 3.1 Atividade 2: Revisão das informações sobre saúde fornecidas pelos organismos</p>	Presencial
	30 min	<p>O formador usa diapositivos do PowerPoint para apresentar alguns métodos para disseminar informações e benefícios.</p> <p>O formador descreve uma atividade de aprendizagem autodirecionada.</p> <p><i>3.1.5 Atividade2:</i> Cada participante deve desenvolver os seus próprios princípios para ajudá-lo a comunicar efetivamente e promover comportamentos que reduzam os riscos para a saúde.</p>	<p>Computador Videoprojetor e tela</p> <p>PPT - Dispositivo 10 https://www.coursera.org/lecture/communicating-during-global-emergencies/information-dissemination-QwsNk</p> <p>Anexo 1: 3.1Atividade 2: Princípios para ajudar a</p>	Presencial

PLANOS DE SESSÃO



			comunicar eficazmente e promover comportamentos que reduzem os riscos para a saúde	
Duração total	4,5 h			

3.1. Ser um Intermediário

Aprendizagem autodirecionada - 4,5 h

Conteúdo	Duração	Desenvolvimento	Recursos Técnico-Pedagógicos
O que é trabalho em rede?	2 h	Esta sessão fornece os conceitos básicos de rede, os seus pontos fortes e como criar a sua própria rede - os princípios básicos e os fatores para criar uma rede de sucesso.	<p>7 rules of networking https://www.ldsjobs.org/ers/ct/7-rules-of-networking?lang=eng</p> <p>Networking https://www.lynda.com/Leadership-Management-tutorials/Networking/608995/673441-4.html</p> <p><i>What is Networking, Types, Topology, Advantages:</i> https://www.youtube.com/watch?v=ar8nV1tbFO4</p>
Formas de construir uma rede forte	1h	7 formas de construir uma rede forte através de exemplos	https://goo.gl/GKw29m
Promoção de atividades de literacia em saúde	1,5h	<i>Atividade 3:</i> Conhecer os princípios para uma comunicação eficaz e promover comportamentos (Anexo 1: 3.1 Atividade 3)	<p>https://www.who.int/healthpromotion/en/</p> <p>Anexo 1: 3.1. Atividade 3</p>
Tempo total	4,5 h		

3.2. Como superar barreiras

Resultados de Aprendizagem

Depois de concluir esta unidade de aprendizagem, os formandos devem ter alcançado o seguinte:

CONHECIMENTOS:

- Conhecimento básico das barreiras à promoção da saúde, prevenção de doenças e estilo de vida e barreiras individuais;
- Conhecimento prático da importância e eficácia da literacia em saúde;
- Conhecimento fundamental de estratégias para superar barreiras à saúde.

APTIDÕES:

- Ilustrar e explicar as barreiras de saúde para indivíduos e comunidades em geral;
- Identificar exemplos seletivos de pontos problemáticos na literacia em saúde;
- Distinguir estratégias práticas para superar barreiras à literacia em saúde;
- Identificar os pontos fortes e os desafios da literacia em saúde.

ATITUDES:

- Recomendar estratégias para superar as barreiras de saúde existentes por parte dos formandos;
- Discutir pontos problemáticos, pontos fortes e desafios da literacia em saúde, desenvolvendo estratégias de comunicação e participação;
- Aumentar o uso da informação em saúde pelas comunidades através da sua capacitação em literacia em saúde.

3.2. Como superar barreiras
Presencial - 3 h

Conteúdo	Duração	Desenvolvimento	Recursos Técnico-Pedagógicos	Métodos e Técnicas
Introdução	10 min	O formador introduz o conteúdo e os resultados de aprendizagem da unidade 3.2. <i>Como superar barreiras ao grupo.</i>	Computador Videoprojetor e tela PPT - Diapositivos 1	Presencial
3.2.1 As barreiras mais comuns	10 min	O formador apresenta o PPT e as barreiras mais comuns.	Computador Videoprojetor e tela PPT - Diapositivos 4	Presencial
3.2.2. Barreiras à promoção da saúde e prevenção de doenças	30 min 30 min	O formador usa os diapositivos do PowerPoint para apresentar os fatores no sistema de saúde atual. O formador garante que todos os membros do grupo entenderam as barreiras e lidera uma discussão sobre estratégias para o desenvolvimento da literacia em saúde. (Atividade 1).	Computador Videoprojetor e tela PPT - Diapositivos 2-3 Anexo 1: 3.2. Atividade 1 Quadro branco + marcadores para discussão em grupo	Presencial Trabalhos em grupo
3.2.3. Estratégias para superar barreiras à saúde	30 min 30 min	O formador segue as estratégias para atingir o objetivo que as organizações devem melhorar. O formador usa os diapositivos do PowerPoint para apresentar os tópicos e mostra que os intermediários devem melhorar para alcançar o objetivo de melhorar a qualidade da sua saúde.	Computador Videoprojetor e tela PPT - Diapositivos 4-7	Presencial Trabalhos em grupo

3.2.4 Comunicação efetiva	40	O formador lidera uma discussão em grupo: O que significa comunicar com alguém? Como comunicar é diferente de falar? Por que é que as pessoas comunicam? Como afeta a comunicação as relações entre as pessoas? Podemos comunicar quando não estamos a falar? Como? (Atividade 2)	Quadro branco + marcadores para discussão em grupo Anexo 1: 3.2. Atividade 2	Presencial + Trabalho em grupo
Duração total:	3 h			

3.2. Como superar barreiras

Aprendizagem autodirecionada - 4,5 h

Conteúdo	Duração	Desenvolvimento	Recursos Técnico-Pedagógicos
3.2.2 Barreiras à promoção da saúde	2,5h	<p>O formando reconhece barreiras que podem impedir o público de entender e agir sobre mensagens vitais de saúde e segurança: <i>Barreiras à promoção da saúde e prevenção de doenças.</i></p> <p>O formando lê acerca das barreiras à informação em saúde e construção de soluções.</p> <p>Os formandos pensam em como podem encontrar soluções</p>	<p><i>Removing barriers to healthcare:</i> https://www.youtube.com/watch?v=OeBWCnAU4W8</p> <p>Barriers to health information and building solutions: https://www.researchgate.net/publication/313166927_Barriers_to_health_information_and_building_solutions</p> <p><i>Overcoming Barriers to Optimize Health Literacy Programs: Innovative Strategies from the Field:</i> http://www.communityscience.com/news-detail.php?news=289 -</p>
3.2.3 Comunicação	1h	O formando obtém informações sobre comunicação e literacia em saúde eficazes.	<p><i>Effective Health Communication and Health Literacy:</i> https://www.youtube.com/watch?v=KbGxKnUEY6g</p> <p><i>Teach back - a technique for clear communication:</i> https://www.youtube.com/watch?v=d702HIZfVWs</p>
3.2.3 Comunicação	1h	<p>O formando analisa o método de ensino <i>teach back</i> (ensinar de volta).</p> <p>O formando reconhece a eficácia do método, descrevendo como funciona.</p>	<p><i>The Teach-Back Method:</i> https://www.sahealth.sa.gov.au/wps/wcm/connect/acb97c004e4552aeac22af8ba24f3db9/HLT-TeachBackMethod</p>
Duração total	4,5 h		

3.3. Abordagem baseada na comunidade

Resultados da Aprendizagem

Depois de concluir esta unidade de aprendizagem, os formandos deverão ter alcançado o seguinte:

CONHECIMENTOS:

- Conhecimento fundamental das abordagens comunitárias e suas vantagens aplicadas à literacia em saúde.

APTIDÕES:

- Selecionar abordagens comunitárias para literacia em saúde;
- Identificar técnicas para promover o entendimento coletivo de abordagens baseadas na comunidade;
- Motivar os indivíduos a desenvolver a capacitação comunitária sustentável;

ATITUDES:

- Desenvolver atividades para a partilha de experiências e a consciencialização sobre literacia em saúde entre indivíduos;
- Monitorizar as mudanças dos grupos-alvo, a fim de determinar ações de abordagem sustentável da comunidade;
- Promover a integração de boas práticas e conhecimento da literacia em saúde nas práticas de saúde pública, através da partilha das melhores práticas baseadas em evidências em *workshops*, palestras ou redes sociais.

3.3. Abordagem baseada na comunidade

Presencial - 2.h

Conteúdo	Duração	Desenvolvimento	Recursos Técnico-Pedagógicos	Métodos e Técnicas
Introdução	10min	O formador introduz o conteúdo e os resultados de aprendizagem da unidade 3.3. <i>Abordagem baseada na comunidade.</i>	Computador Videoprojetor e tela PPT - Diapositivos 1	Presencial
3.3.1 Comunidade	10 min	Usando os diapositivos do PowerPoint, o formador apresenta os conceitos básicos da abordagem baseada na comunidade. Visualização do vídeo "O poder da união".	Computador Videoprojetor e tela PPT - Diapositivos 2 O poder da união: https://www.youtube.com/watch?v=jop2I5u2F3U	Presencial
3.3.2 Vantagens da abordagem comunitária	20 min	O formador discute a importância da abordagem.	Computador Projetor de tela e vídeo PPT-slide 3	Presencial + Trabalho em grupo
3.3.3 Motivar indivíduos	20 min	O formador apresenta os diapositivos do PPT sobre porque é que a motivação é importante nos cuidados de saúde.	Computador Videoprojetor e tela PPT - Diapositivos 4-5 <i>Promoting Motivation, Health, and Excellence:</i> https://www.youtube.com/watch?v=VGrcets0E6I	Presencial

<p>3.3.4 Melhores Práticas</p>	<p>30 min</p>	<p>O formador usa os diapositivos do PowerPoint sobre as <i>Melhores Práticas para começar a melhorar a literacia em saúde na comunidade</i> e apresenta as melhores práticas de comunicação em saúde que podem ajudar a melhorar a literacia em saúde.</p>	<p>Computador Videoprojetor e tela</p> <p>PPT - Dispositivos 6</p> <p>https://health.gov/communication/literacy/quickguide/healthinfo.htm</p>	<p>Presencial</p>
<p>4.3.5 Organização de eventos de literacia em saúde e tarefas de aprendizagem autodirecionadas</p>	<p>10 min 20 min</p>	<p>O formador apresenta o conceito de eventos com diferentes grupos-alvo.</p> <p>O formador explica as atividades de aprendizagem autodirecionadas, responde às perguntas dos formandos e os mesmos produzem os seus próprios eventos para estabelecer a sua microrrede onde serão ativos.</p>	<p>Computador Videoprojetor e tela</p> <p>PPT - Diapositivos 7</p>	<p>Presencial</p>
<p>Duração total:</p>	<p>2 h</p>			

3.3. Abordagem baseada na comunidade

Aprendizagem autodirecionada - 5h

Conteúdo	Duração	Desenvolvimento	Recursos Técnico-Pedagógicos
3.3.4 Melhores Práticas	2h	O formando seleciona as melhores práticas do conteúdo é disponibilizado.	Develop & test Materials: https://www.cdc.gov/healthliteracy/developmaterials/index.html Health Literacy Guidelines & Best Practices: https://sph.umd.edu/center/hchl/health-literacy-guidelines-and-best-practices
3.3.3 Motivação	1h	O formando analisa a motivação, as melhores práticas, identifica as necessidades da comunidade e desenvolve um plano.	Conceito e significado de Motivação http://www.yourarticlelibrary.com/motivation/motivation-concept-and-significance-of-motivation
Desenvolvimento comunitário	1 h	A avaliação do formando sobre as abordagens baseadas na comunidade promove o desenvolvimento de ações sustentáveis a nível comunitário para a literacia em saúde.	Promoção e desenvolvimento da saúde: https://www.who.int/healthpromotion/conferences/7gchp/Track1_Inner.pdf
4.3.5 Organização de eventos sobre literacia em saúde	1h	O formando pensa no conteúdo de informações relacionadas com a saúde que deseja usar e escolhe e produz os seus próprios eventos para estabelecer sua microrrede onde está ativo.	<i>Who is a Health Literacy Hero:</i> http://www.healthliteracymonth.org/what-is-a-health-literacy-hero/ <i>WHO: Promoting health, promoting sustainable development:</i> https://www.youtube.com/watch?v=T8qMwDxpwOs
Duração total	5h		