

# BI-PRS

## Programa para a Promoção da Atividade Física

### *Quem somos?*

Somos uma equipa multiprofissional constituída por dois médicos de saúde pública, uma enfermeira de saúde pública, dois nutricionistas, uma técnica de saúde ambiental.

O nosso contacto eletrónico é [saudepublica@arscentro.min-saude.pt](mailto:saudepublica@arscentro.min-saude.pt).

### *Quem servimos?*

Trabalhamos para toda a população da região de saúde do Centro.

### *O que pretendemos e o que oferecemos?*

Pretendemos que a população da região Centro assuma as vantagens, para a saúde, de adotar comportamentos fisicamente ativos e para que tenha a possibilidade de ter um estilo de vida ativo, independentemente das suas condições de saúde, económicas, demográficas ou sociais.

A nossa missão, atribuições e competências estão alinhadas com a [Estratégia Nacional para a Promoção da Atividade Física](#), com o [Programa Nacional para a Promoção da Atividade Física](#) com o [Plano Nacional de Saúde](#) e com o [Plano Regional de Saúde](#) da ARS Centro.

## *O que fazemos?*

Desenhamos e implementamos estratégias de intervenção comunitária, incluindo a comunicação em saúde, através das diversas unidades funcionais dos agrupamentos de centros de saúde.

## *Como fazemos?*

Criamos redes de parcerias internas e externas.

Reunimos e partilhamos saberes com quem anda no terreno, monitorizamos o nosso trabalho e avaliamos periodicamente todos os projetos que estamos a implementar ou em que estamos envolvidos, incluindo os laboratórios de Saúde Pública.

Estabelecemos pontes com a academia, com sociedades científicas, associações profissionais, autarquias, com escolas e empresas. Estabelecemos protocolos com quarenta e cinco autarquias da região Centro.

Alguns dos projetos e estratégias em desenvolvimento por este programa, integrados na Plataforma de Prevenção das Doenças Crónicas:

- *Modelo de intervenção Cres(SER) cá fora (3 aos 6 anos de idade)*
- *Projeto salta.acorda (6 aos 10 anos de idade)*
- *Modelo de literacia em saúde em espaço urbano (3 aos 80 anos de idade)*
- *Projeto de formação 3 pontos em movimento (profissionais de saúde) □*  
*Projeto move@work (destinado aos profissionais de saúde)*