

# Promoção da qualidade (de)vida no Campus

**22.10.2025**

Auditório da  
Escola Superior de Saúde  
Campus 2, Leiria

## PROGRAMA GERAL

**09H00**

**Boas-Vindas / Abertura  
do Secretariado**

**09h30**

**Sessão de Abertura**

Presidente do Politécnico de Leiria,  
Carlos Rabadão  
Pró-Presidente do Politécnico de Leiria e Equipa  
Executiva de Coordenação do Programa *Healthy  
Campus*, Carolina Henriques  
Manager do Programa *Healthy Campus* da FISU,  
Ivo Carvalhosa

**10H00**

Apresentação

**Riscos Psicossociais nas  
Instituições de Ensino Superior**

// Domínio 5 HC

Luis Filipe, Psicólogo no Centro de Apoio ao  
Estudante do Politécnico de Leiria  
**Moderador:** Maria Isabel Dias, Professora do  
Politécnico de Leiria

**10H45**

**Pausa Ativa // Domínio 2 HC  
e Coffee Break**

**11H15**

Apresentação

**Atividade física, composição  
corporal, aptidão física, saúde  
mental, sono e qualidade de vida  
em estudantes universitários - um  
estudo longitudinal**

// Domínio 2 HC

Miguel Jacinto, Professor do Politécnico de Leiria  
**Moderador:** Raúl Antunes, Professor Coordenador  
do Politécnico de Leiria

**12H00**

Apresentação

**Politécnico em Ação: Prevenção  
do Álcool, Drogas, Doping e  
Tabaco no Ambiente Académico**

// Domínio 6 HC

Joel Azóia Rodrigues, Representante dos  
Estudantes do Politécnico de Leiria  
**Moderador:** Pedro de Matos Gonçalves,  
Professor do Politécnico de Leiria

**12H45**

**Almoço Livre**

**14H00**

Apresentação

**Perceções dos/das estudantes  
do curso de Licenciatura em  
Educação Básica e dos/das  
estudantes dos vários mestrados  
profissionalizantes da ESECS  
acerca do uso da sua voz**

// Domínio 4 HC

Filipa Rodrigues, Professora do Politécnico  
de Leiria

**Moderador:** Sónia Pós de Mina, Professora  
do Politécnico de Leiria

**14H45**

Apresentação

**Alimentação de base vegetal:  
importância, mitos e influência  
do meio académico**

// Domínio 3 HC

Lucas Oliveira, Nutricionista da ProVeg  
**Moderador:** Cátia Pontes, Professora do  
Politécnico de Leiria

**15H30**

Apresentação

**Resíduos Têxteis e Desafios  
da Sustentabilidade**

// Domínio 7 HC

António Dinis Marques, Professor Assistente  
da Universidade do Minho

**Moderador:** Líliliana Pereira, Professora do  
Politécnico de Leiria

**17H15**

**Encerramento das Atividades**

Cláudia Toneca, Administradora dos Serviços  
de Ação Social do Politécnico de Leiria, Equipa  
Executiva de Coordenação do Programa  
*Healthy Campus*



Inscrições:

