



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



SHE4AHA
Health throughout life

Saúde



Slides by Anette Schulz

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

O que é a saúde?

A saúde é um direito humano fundamental (UN, 1948)

A saúde é o mais alto padrão de saúde atingível como um direito fundamental de todo o ser humano (WHO, 1948)

A saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença ou enfermidade (WHO, 1946)

A saúde é a capacidade de adaptação e autogestão perante desafios sociais, físicos e emocionais (Huber, 2011)

Capacidade de ação satisfatória, sob determinadas condições de vida, para realizar objetivos e valores individuais (Wackerhausen, 1997)



Presença de
bem-estar físico,
mental, social,
emocional,
espiritual e
sexual

Ausência de
doença

2 dimensões da saúde

Perspetiva negativa

Ausência de doença

Perspetiva positiva

Ausência de doença e presença de bem-estar físico, mental, social, emocional, espiritual e sexual

Perspetiva limitada

Estilo de vida

Perspetiva ampla

Estilo de vida e condições de vida

4 perspetivas de saúde



Visão holística da saúde

Estes diapositivos foram desenvolvidos no âmbito do projeto SHE4AHA.

Pode encontrar mais informações sobre o projeto SHE4AHA em www.healththroughoutlife.eu

Este material pode ser utilizado gratuitamente com uma referência clara ao projeto SHE4AHA.

Guia para se tornar uma escola promotora de saúde



Co-funded by
the European Union

Financiado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, exclusivamente dos autores e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Executiva Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

PUBLICADO POR
Schools for Health in Europe Network Foundation
(SHE).
DATA DE PUBLICAÇÃO
Março de 2025