



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO

Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares
Direção de Serviços da Região Centro



**Agrupamento
de Escolas de Pombal**

Projeto na área da Promoção e Educação para a Saúde

2015/2018



I – Diagnóstico da situação

De modo a proceder a uma avaliação da Promoção e Educação para a Saúde no Agrupamento, o grupo de trabalho avaliou as políticas e práticas atuais, a fim de determinar as necessidades e prioridades da comunidade educativa, tendo-se, para tal, utilizado o questionário *School for Health in Europe*, que permitiu identificar, de forma consensual, as prioridades do trabalho a desenvolver.

Tendo por base uma abordagem holística da saúde no Agrupamento, foram definidas como prioridades e necessidades da comunidade educativa as seguintes:

1. Na escola, a abordagem da saúde e do bem-estar reflete os pontos de vista, desejos e necessidades de toda a comunidade educativa (alunos, docentes e não docentes, pais/ encarregados de educação);
2. A escola implementa projetos dirigidos para a capacitação da comunidade educativa que melhoram a literacia em saúde e promovem competências sociais e emocionais, incluindo a promoção da saúde mental;
3. A escola tem projetos que promovem competências individuais para lidar com o risco e comportamentos seguros e saudáveis;
4. A escola tem parcerias locais com os serviços de saúde, associações juvenis e desportivas, autarquia e outros serviços da comunidade.

II – Descrição sucinta do projeto de Educação para a Saúde

Este projeto pretende dar continuidade à promoção de uma perspetiva de saúde positiva e abrangente, através de uma abordagem conducente ao aumento dos conhecimentos e ao desenvolvimento de competências. Visa contribuir para a melhoria da literacia em saúde através do desenvolvimento de atitudes e valores que suportam comportamentos saudáveis, da valorização de comportamentos positivos que conduzam a estilos de vida saudáveis e da criação de condições ambientais de uma escola promotora de saúde.

III – Prioridades, objetivos, metas e indicadores do projeto de Promoção e Educação para a Saúde.

1.ª Prioridade - Na escola, a abordagem da saúde e do bem-estar reflete os pontos de vista, desejos e necessidades de toda a comunidade educativa (alunos, docentes e não docentes, pais/ encarregados de educação).

Objetivos	Metas	Indicadores
1. Promover e proteger a saúde e prevenir a doença na comunidade educativa;	1.1 50% dos alunos sejam abrangidos pelo PAPES, segundo o nível de educação e ensino; 1.2 10% dos docentes e não docentes do Agrupamento sejam abrangidos pelo PAPES; 1.3 10% dos pais/ encarregados de educação sejam abrangidos pelo PAPES.	1.1 Percentagem de alunos abrangidos pelo PAPES, segundo o nível de educação e ensino; 1.2 Percentagem de docentes e não docentes do Agrupamento abrangidos pelo PAPES; 1.3 Percentagem de pais/ encarregados de educação abrangidos pelo PAPES.
2. Dinamizar os Gabinetes de Informação e Apoio ao Aluno, no âmbito da Educação para a Saúde e Educação para a Sexualidade, onde seja possível o aconselhamento individual ou em grupo.	2.1 10% dos alunos utilizem o Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno.	2.2 Percentagem de alunos que utilizam o Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno.

2.ª Prioridade - A escola implementa projetos dirigidos para a capacitação da comunidade educativa que melhoram a literacia em saúde e promovem competências sociais e emocionais, incluindo a promoção da saúde mental.

Objetivos	Metas	Indicadores
1. Promover a melhoria da literacia em saúde da comunidade educativa.	1.1 Disponibilizar em dois locais do Agrupamento, recursos culturalmente adequados e cientificamente corretos; 1.2 10% dos alunos utilizem as TIC na melhoria da literacia em saúde, através da elaboração de trabalhos a divulgar; 1.3 Utilizar dois meios de comunicação do Agrupamento, na divulgação de atividades e intervenções de promoção de literacia em saúde; 1.4 10% dos alunos dos 2.º e 3.º ciclos e secundário inquiridos estejam informados sobre o conceito de literacia em saúde.	1.1 Número de locais utilizados para disponibilizar fontes de informação e de pesquisa sobre saúde; 1.2 Percentagem de alunos dos 2.º e 3.º ciclos e secundário que utilizam as TIC na melhoria da literacia em saúde; 1.3 Número de meios de comunicação utilizados na divulgação de atividades e intervenções de promoção de literacia em saúde. 1.4 Percentagem de alunos dos 2.º e 3.º ciclos e secundário inquiridos que estão informados sobre o conceito de literacia em saúde.
2. Promover a saúde mental, de modo a conduzir ao desenvolvimento social e emocional.	2.1 50% dos alunos sejam abrangidos em atividades de promoção da saúde mental nos 2.º e 3.º ciclos e secundário; 2.2 10% dos alunos sejam abrangidos num projecto de promoção da saúde mental desenvolvendo competências sociais e emocionais; 2.3 10% de pais/ encarregados de educação dos alunos sejam abrangidos num projecto de promoção da saúde mental.	2.1 Percentagem de alunos abrangidos em atividades de promoção da saúde mental nos 2.º e 3.º ciclos e secundário; 2.2 Percentagem de alunos abrangidos num projeto de promoção da saúde mental; 2.3 Percentagem de pais/ encarregados de educação envolvidos num projeto de promoção da saúde mental.

3.^a Prioridade - A escola tem projetos que promovem competências individuais para lidar com o risco e comportamentos seguros e saudáveis.

Objetivos	Metas	Indicadores
<p>1. Promover a saúde em meio escolar de modo a contribuir para a melhoria dos determinantes em saúde, como a prevenção do início do consumo de tabaco e álcool, a educação para a sexualidade, o aumento da ingestão de fruta e hortícolas, o aumento da prática da atividade física, a promoção da mobilidade segura e a promoção de boas práticas em saúde oral.</p>	<p>1.1 75% das atividades do plano de ação no âmbito das diversas áreas temáticas sejam concretizadas;</p> <p>1.2 50% dos elementos da comunidade educativa do Agrupamento participem nas atividades constantes no plano de ação, no âmbito das diversas áreas temáticas;</p> <p>1.3 50% dos destinatários revelem satisfação pelas atividades do plano de ação, no âmbito das diversas áreas temáticas.</p>	<p>1.1 Percentagem de atividades do plano de ação concretizadas, segundo o nível de educação e ensino;</p> <p>1.2 Percentagem de elementos da comunidade educativa do Agrupamento que participam nas atividades do plano de ação;</p> <p>1.3 Percentagem de destinatários que revelam satisfação pelas atividades do plano de ação.</p>
<p>2. Promover nos alunos, ao longo dos diferentes ciclos de ensino e aprendizagem e através do currículo formal, a aquisição de conhecimentos e o desenvolvimento de competências tendo em vista a adoção de comportamentos seguros e saudáveis.</p>	<p>2.1 25% dos alunos adquiram conhecimentos no âmbito das diversas áreas temáticas em estudo;</p> <p>2.2 10% dos alunos desenvolvam competências tendo em vista a adoção de comportamentos seguros e saudáveis.</p>	<p>2.1 Percentagem de alunos que adquirem conhecimentos no âmbito das diversas áreas temáticas do plano de ação;</p> <p>2.2 Percentagem de alunos que desenvolvem competências tendo em vista a adoção de comportamentos seguros e saudáveis.</p>

4.^a Prioridade - A escola tem parcerias locais com os serviços de saúde, associações juvenis e desportivas, autarquia e outros serviços da comunidade.

Objetivos	Metas	Indicadores
<p>1. Estabelecer parcerias para a elaboração do PAPES.</p> <p>2. Articular as intervenções, sinergicamente, com instituições, organizações e/ou associações da sociedade civil que acrescentem mais-valia à promoção e educação para a Saúde no Agrupamento.</p>	<p>1.1 Mobilizar três parceiros para a elaboração do PAPES.</p> <p>2.1 Mobilizar seis instituições, organizações e/ou associações da sociedade civil que cooperem na concretização do PAPES.</p>	<p>1.1 Número de parceiros envolvidos na elaboração do PAPES.</p> <p>2.3 Número de instituições, organizações e/ou associações da sociedade civil que cooperem na concretização do PAPES.</p>



IV - ÁREAS TEMÁTICAS DE INTERVENÇÃO

Destacam-se como áreas temáticas prioritárias no âmbito da Promoção e Educação para a Saúde, as seguintes:

- Saúde mental e prevenção da violência;
- Educação alimentar e atividade física;
- Prevenção de comportamentos aditivos e dependências;
- Afetos e educação para a sexualidade (1);
- Saúde oral;
- Primeiros socorros/ Suporte Básico de Vida;
- Segurança e prevenção de acidentes;
- Higiene pessoal;
- Cuidados posturais;
- Segurança na Internet.

(1) As orientações curriculares respeitantes aos conteúdos de Educação para a Sexualidade devem respeitar objetivos mínimos (Portaria 196-A, de 9 de Abril de 2010).

V – PLANO DE INTERVENÇÃO
Áreas temáticas

Áreas temáticas	Temas	Pré-escolar	1.º CEB						2.º CEB			3.º CEB			Secundário		
			1.º	2.º	3.º	4.º	5.º	6.º	7.º	8.º	9.º	10.º	11.º	12.º			
Anos de escolaridade																	
1. Saúde mental e Prevenção da violência	1.1. Afetos, valores e relações interpessoais	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
	1.2. Adolescência e comportamentos de risco							X	X	X	X	X	X	X			
	1.3. Promoção da autoestima	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
	1.4. Promoção da capacidade de resiliência	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
	1.5. Violência de género							X	X	X	X	X	X	X			
	1.6. <i>Bullying</i>	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
2. Educação alimentar e Atividade física	2.1. Direito à alimentação	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
	2.2. Promoção de hortofrutícolas	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
	2.3. Promoção da atividade física informal	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
3. Prevenção de comportamentos aditivos e dependências	3.1. Adolescência e comportamentos de risco							X	X	X	X	X	X	X			
	3.2. Prevenção do consumo do tabaco				X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
	3.3. Prevenção do consumo de álcool			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
	3.4. Prevenção de comportamentos aditivos sem substância				X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
4. Afetos e Educação para a Sexualidade	4.1. Afetos, valores e relações interpessoais	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
	4.2. Atitude responsável na Sexualidade	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
	4.3. Identidade e género	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
	4.4. Adolescência e comportamentos de risco							X	X	X	X	X	X	X			
	4.5. Infecções Sexualmente Transmissíveis							X	X	X	X	X	X	X			

Projeto de Promoção e Educação para a Saúde

Áreas temáticas	Temas	Pré-escolar	1.º CEB						2.º CEB			3.º CEB			Secundário		
			1.º	2.º	3.º	4.º	5.º	6.º	7.º	8.º	9.º	10.º	11.º	12.º			
Anos de escolaridade			1.º	2.º	3.º	4.º	5.º	6.º	7.º	8.º	9.º	10.º	11.º	12.º			
5. Outras	Saúde oral	X	X	X	X	X	X										
	Primeiros socorros/ Suporte Básico de Vida				X		X			X							
	Segurança e prevenção de acidentes	X	X	X	X				X								
	Higiene pessoal	X	X	X	X	X	X	X		X							
	Cuidados posturais	X	X	X	X	X	X										
	Segurança na Internet		X	X	X	X	X		X								

Nota: No plano de intervenção estão indicados os níveis de ensino/ anos de escolaridade em que as áreas temáticas e os respectivos temas deverão ser abordados, no entanto, poderão ser abordadas outras áreas e/ou outros temas, de acordo com as características de cada grupo turma.

Atividades

Níveis de ensino	Pré-escolar	1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo	Secundário
Pesquisa		X	X	X	X
Formação			X	X	X
Workshops, seminários, debates, sessões de informação/ sensibilização	X	X	X	X	X
Campanhas	X	X	X	X	X
Comemoração de dias temáticos	X	X	X	X	X
Elaboração de cartazes	X	X	X	X	X
Elaboração de desdobráveis	X	X	X	X	X
Produção/ criação de peças de teatro	X	X	X	X	X
Dinamização de exposições	X	X	X	X	X
Dinamização de teatro-debate				X	
Recolha de sangue					X
Rastreios de saúde		X	X	X	X

Nota: No triénio 2015/2018, e tal como de alguma forma já foi referido, as temáticas supracitadas serão desenvolvidas, quer ao nível dos Projetos Curriculares de Turma, nas atividades curriculares, quer em atividades curriculares/extracurriculares.

Outros destinatários

Destinatários	Famílias	Comunidade	Pessoal docente	Outros profissionais
Formação	X	X	X	X
Workshops, seminários, debates, sessões de informação/ sensibilização	X	X	X	X
Campanhas	X	X	X	X
Comemoração de dias temáticos	X	X	X	X

VI – RECURSOS

Humanos:

- Equipa de Educação para a Saúde;
- Serviços de Psicologia e Orientação;
- Técnicos/as de Saúde;
- Técnica de Serviço Social;
- Pais/ Encarregados de educação;
- Associação de Estudantes;
- Coordenadores/as dos Diretores de Turma;
- Coordenadores/as dos Cursos Profissionais;
- Coordenadores/as dos Cursos Vocacionais;
- Diretores/as de Turma;
- Professores/as;
- Assistentes Operacionais e Administrativos;
- Formadores/as.

Agrupamento de Escolas de Pombal	Agrupamento de Centros de Saúde / Unidade Local do Centro de Saúde
Diretor – Fernando Augusto Quaresma Mota Coordenador/a do Setor dos serviços de Apoio à Saúde - Maria Manuela Pinto Coordenador/a PES – Maria Marta Mota Subcoordenadora PES – Sónia Verissimo Marques	Coordenadora da Equipa Local de Saúde Escolar (ELSE) – Dra. Ana Isabel Nascimento

Caracterização do Agrupamento de Escolas				
Educação pré-escolar	1.º CEB	2.º CEB	3.º CEB	Ensino Secundário
380	795	343	507	810

Físicos:

- Instalações escolares;
- Gabinetes de Apoio ao Aluno;
- Computadores com ligação à internet;
- Material específico para o desenvolvimento de cada atividade;
- Material de desgaste diverso.

VII – PARCERIAS

- ACES Pinhal Litoral – Centro de Saúde de Pombal/ Equipa Local de Saúde Escolar (ELSE);
- Autarquia;
- Instituições do ensino superior;
- Empresas;
- Associação de pais;
- Associação de estudantes;
- Bombeiros Voluntários de Pombal;
- Escola Segura/ PSP;
- Liga Portuguesa Contra o Cancro (núcleos do Norte e Centro),
- Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM);
- Instituto do Sangue e da Transplantação;
- Instituto Português do Desporto e Juventude.

VIII – METODOLOGIAS DE AVALIAÇÃO DE RESULTADOS

O acompanhamento e a avaliação dos efeitos na comunidade educativa da implementação do Projeto de Educação para a Saúde e Educação Sexual serão feitos através das seguintes metodologias:

- Aplicação do diagnóstico rápido *SHE online* (<http://www.schools-for-health.eu/pt/for-schools/instrumento-de-avaliaccedilatildeo-rapida>);
- Inquéritos (questionários);
- Grelhas de observação;
- Registos;
- Dados estatísticos.

IX – BIBLIOGRAFIA

Capucha, Luís. (2008). *Planeamento e Avaliação de Projetos - Guião Prático*. Lisboa: Direcção-Geral de Inovação e de Desenvolvimento Curricular.

Ministério da Educação. (2000). *Educação Sexual em Meio Escolar – Linhas Orientadoras*. Lisboa: Ministério da Educação/ Ministério da Saúde/ APF.

Ministério da Educação. (2001). *Promover a saúde da juventude europeia: Educação para a saúde nas escolas – Manual de formação para professores e outros profissionais que trabalham com jovens*. Lisboa: Editorial do Ministério da Educação.

Ministério da Educação. (2006). *Educação Alimentar em Meio Escolar – Referencial para uma oferta alimentar saudável*. Lisboa: DGIDC.

Ministério da Educação. (2007). *Consumo de Substâncias Psicoactivas e Prevenção em Meio Escolar*. Lisboa: DGIDC.

Seixas, Sónia. (2006). *Tese Comportamentos de bullying entre pares, bem-estar e ajustamento escolar*.

Sites Consultados

www.dgicd.min-edu.pt

www.min-edu.pt

www.textoeditores.pt

Coordenadoras da Equipa de Educação para a Saúde e Educação Sexual:

Maria Marta Mota

Sónia Veríssimo Marques

Coordenadora do Setor dos serviços de Apoio à Saúde:

Maria Manuela Pinto