

### ***Introdução***

A promoção da educação para a saúde em meio escolar é obviamente o principal objetivo deste projeto, envolvendo obrigatoriamente as áreas da educação e da saúde. Como meta final, o PES pretende a adoção, por parte da escola, de práticas condizentes com a promoção da saúde, nomeadamente no que se refere à prevenção de comportamentos de risco.

Sabemos que é possível atuar pois verifica-se uma disponibilidade crescente das pessoas para os problemas de saúde e existem possibilidades de se implementarem articulações com os centros de saúde. Assim este projeto visa permitir a união e organização de esforços de uma comunidade educativa no sentido de fazer chegar a um maior número possível de alunos e às suas famílias, mensagens de boas práticas nos gestos diários que conduzem à salvaguarda e à promoção da saúde.

Perante a multiplicidade de temas possíveis, este projeto pretende desenvolver alguns que são essenciais ao completo bem-estar físico, mental e social de todos os alunos e que se relacionam com a alimentação, atividade física, consumo de substâncias psicoativas, sexualidade e violência em meio escolar.

Neste contexto, considera-se que o desenvolvimento das várias atividades do PES poderão estar inseridas no espaço aula, em workshops, no dia da escola, no final dos períodos letivos e também nas áreas curriculares não disciplinares - área de projeto e Formação Cívica, pois estes são os espaços privilegiados para o desenvolvimento de atividades no âmbito da saúde, não esquecendo igualmente as áreas disciplinares cujos conteúdos programáticos proporcionam o tratamento destas temáticas.

## **2. Enquadramento Legal / Documental**

Lei nº 14/86, de 14 de Outubro - Lei de Bases do Sistema Educativo.

Decreto-Lei nº 115-A/98, de 4 de Maio - Aprova o regime de autonomia, administração dos estabelecimentos da Educação Pré-Escolar e dos Ensinos Básico e Secundário, bem como dos respetivos Agrupamentos.

Resolução do Conselho de Ministros nº 124/98, de 21 de Outubro - Define o plano de acção Interministerial sobre Educação Sexual e Planeamento Familiar.

Despacho Ministerial nº 15 587/99, de 12 de Agosto - Cria a Comissão de Coordenação da Promoção e Educação para a Saúde.

Lei nº 120/99, de 11 de Agosto - Sobre Educação Sexual em Meio Escolar.

Decreto-Lei nº 259/2000, de 17 de Outubro - Regulamenta a Educação Sexual e a Lei nº 120/99.

Decreto-Lei nº 6/2001, de 18 de Janeiro - Sobre a Reorganização Curricular do Ensino Básico.

Despacho Ministerial nº 19 737/2005, de 15 de Junho - Sobre a constituição do Grupo de Trabalho de Educação Sexual.

Relatório Preliminar do Grupo de Trabalho de Educação Sexual, de 31 de Outubro de 2005.

Parecer do Conselho Nacional de Educação nº 6/2005, de 24 de Novembro - Sobre Educação Sexual nas Escolas.

Despacho Ministerial de 25 995/2005, de 16 de Dezembro - Aprova as conclusões do Relatório Preliminar do Grupo de Trabalho de Educação Sexual.

Despacho do Secretário de Estado da Educação, de 27 de Setembro de 2006 - Define as linhas de orientação e temáticas prioritárias no âmbito da Educação para a Saúde, a integrar obrigatoriamente no Projecto Educativo de cada Agrupamento / Escola.

Projeto "Jovens /Escola /Saúde", da Direção Regional de Educação e ARS do Alentejo, de 21 de Novembro de 2006. Despacho nº 2506/2007, de 20 de Fevereiro - Sobre a designação do Professor Coordenador da Educação para a Saúde, em cada Agrupamento /Escola.

Relatório Final do Grupo de Trabalho de Educação Sexual, de 7 de Setembro de 2007, aprovado pelo Diretor-Geral da DGIDC - Dr. Luís Capucha - em 28 de Novembro de 2007.

Lei nº 60/ 2009, de 6 de Agosto - Estabelece a aplicação da educação sexual nos estabelecimentos do ensino básico e do ensino secundário.

**População-alvo:** Comunidade escolar

**Parcerias**

UCC Carvalhos

Universidade Fernando Pessoa

Associação para o Planeamento da Família - APF

Instituto de Droga e Toxicodpendência - IDT

Associação Portuguesa de Apoio à Vítima - APAV

Comissão Nacional de Luta contra a SIDA

Outros parceiros da comunidade

**Temáticas Prioritárias**

Alimentação e atividade física

Consumo de substâncias psicoativas

Sexualidade

Infeções Sexualmente Transmissíveis

Violência em meio escolar

**Objetivos**

1. Dinamizar o Gabinete de Saúde Escolar, no âmbito da promoção da saúde;
2. Desenvolver o blogue, como espaço interativo de informação, partilha e esclarecimento das temáticas do Projeto;
3. Promover a educação alimentar, a saúde oral e a atividade física regular;
4. Promover a saúde sexual e reprodutiva, nomeadamente a prevenção da gravidez não desejada e das Infeções Sexualmente Transmissíveis;
7. Prevenir o consumo de substâncias psicoativas, lícitas e ilícitas;
8. Promover o respeito pela pessoa do outro - seja ele quem for - nas suas diferenças, nomeadamente no que se refere aos seus valores, à sua orientação sexual e às suas características físicas e psicológicas;
9. Promover o desenvolvimento de competências individuais ao nível da tomada de decisões, da recusa de comportamentos não desejados ou que violem a dignidade e os direitos da pessoa humana;
10. Fomentar hábitos de vida saudável, como atitude preventiva face à doença e promotora do bem-estar e da saúde;

### ***Metodologia***

Na aquisição de conhecimentos, na mudança de atitudes e no desenvolvimento de competências, parece-nos que a máxima implicação nos processos de ensino e de aprendizagem é a forma mais eficaz de intervenção. Neste sentido, optamos por uma metodologia ativa/participativa, centrada nos alunos. Assim, pretendemos que estes sejam sujeitos ativos e participativos do seu próprio saber, levando-os a refletir sobre as suas próprias conceções e práticas e a discuti-las em conjunto, de modo que eles se tornem, juntamente com os educadores e técnicos de saúde, co-construtores de aprendizagens.

### ***Recursos materiais***

Na Escola, é necessário que seja disponibilizado um espaço para funcionamento do Gabinete de Saúde, que funcionará uma vez por semana, com a presença rotativa de um médico, um enfermeiro, uma nutricionista e uma psicóloga. Será também utilizado, sempre que se justifique, a sala dos Grandes Grupos para a realização de sessões de esclarecimento e/ou debates, quando estes envolverem um grande número de participantes. Outras atividades poderão decorrer nas salas de aula ou em outros espaços disponibilizados pela escola para o efeito. Além dos espaços físicos, haverá todo um conjunto de materiais de apoio às diversas atividades que a Escola deverá disponibilizar.

### ***Recursos humanos***

A equipa dinamizadora é constituída pelos seguintes elementos:

Professores: Pedro Sousa, Manuel Brandão e Nelson Oliveira;

Enfermeiros:

Equipa de Saúde Escolar (UCC Carvalhos);

Pedro Silva (Centro Saúde Olival);

Maria Gustava (Hospital S. João);

Nutricionista:

Susana Cardoso;

Psicóloga:

Vera Costa (Olhar Mais Positivo);

Médica:

Filipa Castro.

Sempre que possível, o projeto envolverá os Pais e Encarregados de Educação, bem como outras entidades.

### ***Actividades***

- Gabinete de Saúde Escolar com consultas nas áreas da nutrição, psicologia e saúde geral e comunitária.
- Dinamização de um blogue potenciador dos objetivos do Projeto.
- Palestras com técnicos especializados sobre temáticas variadas: alimentação, sexualidade, violência no namoro e stress em tempos de exames.
- Feira da Saúde, a desenvolver no Dia da Escola, com a realização de:
  - rastreios abertos à população escolar e comunidade envolvente, nomeadamente oftalmológico, tensão arterial, colesterolemia, glicemia, osteoporose e higiene oral;
  - doação de Sangue.
- Determinação do IMC a toda a população escolar e conseqüente acompanhamento dos casos problemáticos nas consultas de nutrição.
- Workshop de Suporte Básico de Vida, dirigido aos docentes e Assistentes Operacionais.
- Ação de Formação sobre Educação Sexual, dirigido aos docentes 3º ciclo (PRESSE).

### ***Avaliação***

A avaliação do projeto será efetuada, essencialmente, em dois momentos distintos: no fim de cada atividade e no final de cada ano letivo. A avaliação deverá ser contínua, tendo em conta os elementos recolhidos durante a realização das diversas atividades (através de um inquérito passado ao público alvo), mas concretizada nos dois momentos acima referidos, com a elaboração de um relatório conjunto, realizado por todos os elementos do Projeto. Este será apresentado em reunião de Conselho Pedagógico pelo Coordenador do Projeto. Deverá ter como objetivo fomentar as boas práticas decorrentes da implementação do projeto, assim como a reformulação das metodologias utilizadas nas ações desenvolvidas que tiveram menor impacto junto dos alunos. Também daqui resultará uma reflexão, que deverá servir de base à elaboração de propostas de trabalho para o ano letivo seguinte.

### ***Instrumentos/metodologias de avaliação:***

Inquéritos; fichas de avaliação; relatórios.

**O Coordenador do PES**  
Nelson Duarte Lopes Oliveira

DATA	ACTIVIDADE	PÚBLICO-ALVO	INTERVENIENTES
Ano letivo	<b>Gabinete do Aluno (consultas de Psicologia, Nutrição e Saúde Geral e Comunitária)</b>	Comunidade escolar	Nelson Oliveira (Coodenador do PES) Susana Cardoso (nutricionista) Filipa Castro (médica) Vera Costa (psicóloga)
Ano letivo	<b>Determinação IMC dos alunos da escola/Gabinete do aluno</b>	Comunidade escolar	Gabinete de Saúde; Equipa PES; Professores de Ed. Física; Dr.ª Susana Cardoso.
Ano letivo	<b>Educação Sexual na Escola:</b> - palestras baseadas em questões levantadas pelos alunos (caixa de questões); - atividades sugeridas pelo PRESSE (3º Ciclo e 10º ano); - consultas Saúde Geral e Psicologia.	Todas as turmas	Diretores de Turma; Formação Cívica (3º ciclo) Biologia e Geologia (Secundário) Biologia (12º ano)
22 Novembro	<b>ExpoSaúde</b> - rastreios abertos à população escolar e comunidade envolvente, nomeadamente oftalmológico, tensão arterial, colesterolemia, glicemia, osteoporose e higiene oral; - doação de sangue.	Comunidade Escolar	Grupo Biologia e Geologia Enfermeiros da UCC; Ergovisão UFP
2º Período	<b>Palestra “Métodos contraceptivos”</b>	Alunos 10ºano	Enfermeira Maria Gustava EQUIPA PES
2º Período	<b>Sessão de esclarecimento subordinada ao tema “Namoro Violento não é Amor”</b>	Alunos 11º ano	GNR; Equipa PES
2º Período	<b>Falar sobre Saúde: “SIDA, uma doença crónica?”</b>	Alunos 12ºano	Enfermeiro Pedro Silva; Equipa PES
2º Período	<b>Workshop: “Suporte Básico de Vida”</b>	Docentes e AAE	Bombeiros dos Carvalhos/UCC Equipa PES
3º Período	<b>Palestra “Stress em Tempo de Exames”</b>	Alunos do 11º e 12º anos	Psicóloga; Equipa PES